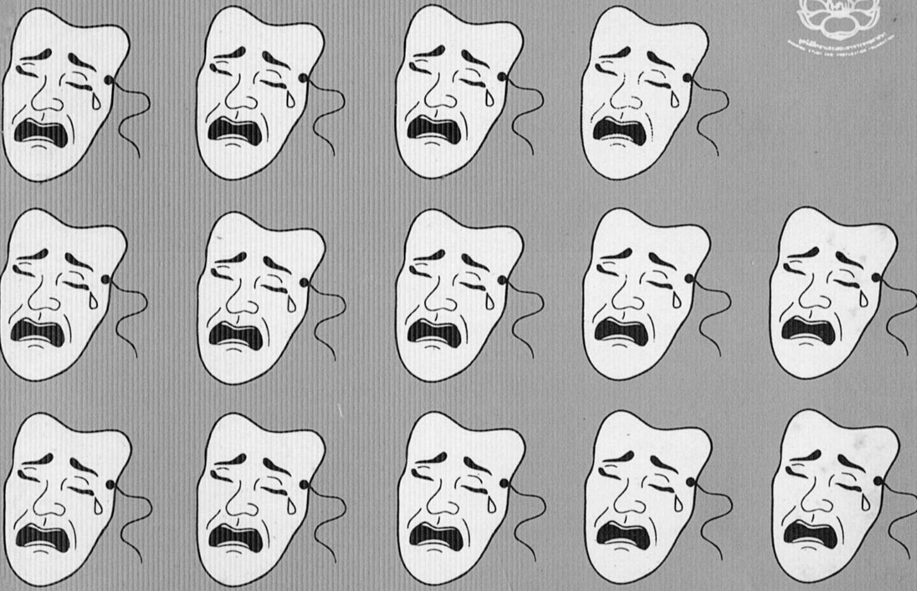


แด่ผู้มีทุกข์

โดย สุจินต์ บริหารวนเขตต์



(ห้ามซื้อขาย)

แด่ผู้มีทุกข์

โดย สุจินต์ บริหารวนเขตต์



มูลนิธิศึกษาและเผยแพร่พระพุทธศาสนา
จัดพิมพ์เป็นธรรมบรรณาการ
พิมพ์ครั้งที่ ๑ จำนวน ๒๐,๐๐๐ เล่ม
พฤศจิกายน ๒๕๓๙

ท่านที่ประสงค์จะพิมพ์หนังสือของมูลนิธิฯ
เพื่อแจกแก่ประชาชนเป็นการกุศล
โปรดติดต่อ

มูลนิธิศึกษาและเผยแพร่พระพุทธศาสนา
สำนักงานเลขที่ ๑๗๔ ซอยเจริญนคร ๗๘
ถนนเจริญนคร แขวงบุคคโล เขตธนบุรี
กรุงเทพฯ ๑๐๖๐๐ โทร. ๔๖๘ ๐๒๓๙
ปณ. บางคอแหลม

แด่ผู้มีทุกข์



อุเบกขาเวทนาคือ ความรู้สึกไม่สุขไม่ทุกข์ เกิดขึ้นแล้วก็ดับไป ไม่เที่ยง ความรู้สึกอื่น คือสุขเวทนาหรือโสมนัสเวทนา เกิดต่อแล้วก็ดับไป ไม่เที่ยง เวทนาอื่น คือทุกขเวทนาหรือโทมนัสเวทนาเกิดต่อแล้วก็ดับไป ไม่เที่ยง หมุนเวียนเปลี่ยนไปทุกวัน ไม่จบสิ้นได้ ซึ่งสุขก็จะต้องสลับกับทุกข์ต่อไปจนถึงขณะตาย สิ้นสุดความเป็นบุคคลในชาติหนึ่ง ๆ ซึ่งทุกชาติ แม้ในชาติก่อน ๆ และชาติหน้าต่อ ๆ ไปอีกก็ย่อมเป็นเช่นนี้แหละ ตราบใดที่ยังไม่ได้อบรมเจริญปัญญา จนถึงขั้นที่สามารถจะดับกิเลสได้เป็นสมุจเฉท กิเลสทั้งหลายที่เกิดขึ้นแต่ละครั้ง แต่ละขณะ แม้ว่าจะดับไปแล้ว ก็สะสมสืบต่ออยู่ในจิตขณะต่อ ๆ ไป เป็นอนุสัยกิเลส คือเป็นกิเลสซึ่งยังไม่ได้ดับ จึงเป็นเชื้อปัจจัยที่จะทำให้เกิดกิเลสประเภทนั้น ๆ อีก แม้โทสมูลจิตซึ่งเป็นจิตที่ขุ่นใจ แม้เพียงเล็ก ๆ น้อย ๆ ในวันหนึ่ง ๆ เช่น มีเสียงโทรศัพท์ แล้วรับโทรศัพท์และเสียงโทรศัพท์ที่ฟังก็ไม่ค่อยจะชัดเจน ขณะนั้นเป็นจิตประเภทไหน เป็นความไม่พอใจที่เกิดขึ้นอย่างรวดเร็ว นิดเดียว เล็กน้อย ซึ่งถ้าไม่สังเกตก็ไม่รู้ว่า ขณะนั้นโทสมูลจิต

ซึ่งขุ่นใจ ไม่พอใจเกิดขึ้นและดับไปแล้ว แต่ก็สะสมความขุ่นใจนั้นสืบต่อไปเป็นเชื้อนอนเนื่องอยู่ในจิตสันดาน เป็นปัจจัยให้โทสมูลจิตเกิดขึ้นอีกต่อไป ฉะนั้นจึงต้องพิจารณารู้ว่าแม้ความขุ่นใจเพียงเล็กน้อยก็เป็นโทษด้วย เพราะถ้าไม่ใช่ความขุ่นใจเพียงเล็กน้อย แต่เป็นความโกรธบุคคลหนึ่งบุคคลใดซึ่งเป็นความโกรธที่ไม่ลืม และยังไม่ได้ลดน้อยลงเลย ก็จะทำให้เป็นความผูกโกรธ เป็นทุกข์ในชีวิตของแต่ละท่าน ซึ่งพระธรรมจะอนุเคราะห์ให้พิจารณา เห็นโทษของอกุศลและความโกรธ ซึ่งถ้าไม่เห็นโทษก็จะไม่ขัดเกลาและละคลายเลย ฉะนั้น **ผู้มีทุกข์ควรพิจารณาทุกข์ซึ่งเป็นความโศกเศร้า เสียใจน้อยใจ กลัดกลุ้ม โกรธเคือง ขุ่นใจ ไม่แช่มชื่นว่าเป็นลักษณะของโทสะซึ่งเป็นสภาพธรรมที่ประทุษร้ายจิตโดยประการต่าง ๆ** ตามที่พระผู้มีพระภาคได้ทรงแสดงไว้อย่างไรบ้าง และมีความตั้งใจจริง ๆ ที่จะขัดเกลาละคลายความโกรธหรือโทสะนั้นแล้วหรือยัง ซึ่งก็จะต้องเห็นโทษและเห็นความละเอียดของความโกรธเสียก่อน ลักษณะของความโกรธต่าง ๆ รวมทั้งความผูกโกรธด้วยนั้น ข้อความในสัมโมหวิโนทนี ขุททกวัตถุวิภังคนิทเทส ได้อธิบายลักษณะของความผูกโกรธว่า

บุคคลใดย่อมผูกโกรธไว้ในกาลก่อน ภายหลังความ

โกรธเกิดขึ้นอีก ดังนี้ ก็ชื่อว่า อุปนาหะ ความผูกโกรธ

เป็นชีวิตประจำวันจริง ๆ ที่ควรจะรู้ว่าโกรธใครแล้วยังไม่ลืม ยังโกรธอยู่อีก นี้คือความผูกโกรธ คำว่า "อฏฺฐาปนา" ความตั้งไว้ ได้แก่ การตั้งความโกรธไว้ติดต่อกันของความโกรธอันเกิดขึ้นครั้งแรก

(โกรธไม่จบ โกรธครั้งแรกอย่างไร ก็ยังคงตั้งความโกรธไว้ติดต่อกันกับความโกรธอันเกิดขึ้นครั้งแรก) การตั้งความโกรธไว้ตามปกติ เรียกว่า "การทรงไว้ซึ่งความโกรธ" การตั้งความโกรธไว้บ่อย ๆ โดยส่วนทั้งปวง ชื่อว่า "ความดำรงความโกรธไว้" การไม่แสดงความแตกต่างกันแห่งความโกรธหลังกับความโกรธอันเกิดก่อน แล้วทำไว้โดยความเป็นอันเดียวกัน ชื่อว่า "ความสั่งสมความโกรธไว้" คือไม่ลดลงเลย ไม่ว่ากาลเวลาจะล่วงเลยไปนานสักเท่าใด

ความสืบต่อความโกรธครั้งหลังกับด้วยความโกรธครั้งแรก ชื่อว่า "ความผูกพันความโกรธไว้" คำว่า "ความยึดมั่นความโกรธ" ได้แก่การทำความโกรธให้มั่นคง

(ผูกไว้แล้วทำให้มั่นคงด้วย)

คำว่า "อยํ วุจฺจติ" ความว่า ลักษณะนี้ มีความผูกโกรธเป็นลักษณะ มีความไม่สละคืนซึ่งเวร เป็นรสะ (กิจ) พระผู้มีพระภาคตรัสเรียกลักษณะนี้ว่า อุปนาหะ ความผูกโกรธดังนี้

อธิบายว่า บุคคลผู้ประกอบด้วยความโกรธด้วยลักษณะใด ย่อมไม่อาจเพื่อสละเวรชื่อเห็นปานนี้ บุคคลนี้ย่อมติดตามซึ่งความโกรธอื่น ๆ อีกด้วยว่า “บุคคลนี้ไม่สมควรพูดกะเราอย่างนี้” ดังนี้ ความโกรธของเขา ย่อมลุกโพลงทีเดียว ราวกะไม้สนอันไฟติดทั่วแล้ว ความโกรธย่อมไม่สะอาด เป็นราวกะหนังหมีอันบุคคลทำความสะอาดอยู่ และเป็นราวกะผ้าเก่าอันเปื้อนด้วยไขมัน

พระผู้มีพระภาคทรงแสดงพระธรรมด้วยพยัญชนะต่าง ๆ เพื่อที่จะให้พิจารณาเห็นจริง ๆ ว่า ในวันหนึ่ง ๆ เป็นอย่างนี้หรือเปล่า บางท่านก็อาจจะคิดว่า ทำไมต้องทรงแสดงไว้มาก ฟังดูก็รู้สึกซ้ำไปซ้ำมา หรือว่าคล้ายกันจนเกือบแยกไม่ออก แต่เทศนาซึ่งพระผู้มีพระภาคอรหันตสัมมาสัมพุทธเจ้าทรงแสดงย่อมวิจิตรด้วยประการต่าง ๆ พร้อมด้วยคุณประโยชน์สำหรับอัธยาศัยของผู้ฟังต่าง ๆ กัน ถ้าพูดครั้งเดียวเท่านั้นใครสามารถจะระลึกได้ ใครสามารถจะพิจารณาได้

ธรรมเทศนาและคำอุปมาของพระผู้มีพระภาคซึ่งวิจิตรด้วยคุณต่าง ๆ นั้น เปรียบเหมือนการให้เด็กทารกอาบน้ำแต่งตัว ประพรมด้วยของหอม แป้งฝุ่น แล้วยังเจิมหน้าด้วยซึ่งเป็นสิ่งประดับประดาที่เพิ่มเติมขึ้น และแม้เช่นนั้นการเจิมเพียงจุดเดียว ก็ยังไม่พอ เพราะฉะนั้นจึงต้องเจิมอีก

หลาย ๆ จุด เพื่อที่จะส่งเสริมจุดที่เจิมไว้ให้เด่น หรือว่าให้งามพร้อมขึ้น ฉันใด การที่ทรงแสดงข้อความโดยละเอียดทั้งหมด ฟังดูก็คล้าย ๆ กัน แต่ความจริงก็เพื่อที่จะให้พิจารณาให้เห็นว่า ความโกรธที่เป็นความผูกพันไว้ก็มี

ทุกคนไม่อยากจะโกรธ เพราะเมื่อโกรธแล้วเป็นทุกข์ เวลาไม่สบายใจ ก็เป็นทุกข์ เวลาเศร้าโศกเสียใจ ขุ่นเคืองใจก็เป็นทุกข์ **ทุกคนไม่อยากจะมีความทุกข์** แต่ที่จะไม่มีความทุกข์ได้นั้นต้องพิจารณาให้ละเอียด ถึงเหตุที่ทำให้เกิดทุกข์ ไม่ว่าทุกข์นั้นจะเป็นทุกข์เล็ก ๆ น้อย ๆ หรือว่าทุกข์ใหญ่ ก็จะต้องเกิดจากสาเหตุของทุกข์นั้น ซึ่งเหตุของทุกข์ย่อมมาจากความยินดี พอใจในรูป เสียง กลิ่น รส โผฏฐัพพะ

ผู้ที่ดับความยินดีพอใจในรูป เสียง กลิ่น รส โผฏฐัพพะแล้วนั้นก็ดับโทสมูลจิตได้ แต่ถ้ายังเป็นผู้ที่ยินดีพอใจในรูป เสียง กลิ่น รส โผฏฐัพพะ ย่อมหนีทุกข์ไม่พ้น เพราะความยินดีในรูป เสียง กลิ่น รส โผฏฐัพพะ เป็นเหตุที่จะทำให้โทสมูลจิตเกิด เมื่อไม่ได้สิ่งที่ปรารถนา แต่ว่าโลภะ ก็เป็นสภาพธรรมที่ละเอียด เพราะว่านอกจากจะเป็นสภาพที่ติดข้อง ยินดี พอใจในรูป เสียง กลิ่น รส โผฏฐัพพะ ตามปกติในชีวิตประจำวันแล้ว ก็ยังมีอกุศลธรรมซึ่งเกิดกับโลภะ เช่น ทิฏฐิเจตสิก (ความเห็นผิด) และมานะเจตสิก (ความ

สำคัญตน เย่อหยิ่ง ทะนงตน) ฉะนั้นทุกข์จึงย่อมเพิ่มขึ้นจากการติดข้องยินดี พอใจในรูป เสียง กลิ่น รส โผฏฐัพพะ เมื่อมีมานะก็เป็นปัจจัยให้เกิดทุกข์หรือโทสมูลจิตเพิ่มขึ้นอีกในเมื่อไม่ได้สิ่งที่ต้องการ

ฉะนั้นจึงควรพิจารณาข้อความต่าง ๆ ที่กล่าวไว้ในพระไตรปิฎก เพื่อที่จะได้รู้ว่า แต่ละท่านนั้นมีทุกข์ซึ่งเกิดจากเหตุใดบ้าง ถ้าเป็นผู้ที่มีความมัวเมา มีความสำคัญตนเพิ่มขึ้นทุกข์ก็ต้องเพิ่มขึ้น ข้อความในสัมโมหวิโนทนี ขุททกวัตถุวิภังคนิเทส แสดงความมัวเมาไว้หลายอย่าง ได้แก่

ความมัวเมาในชาติ ไม่ว่าจะเป็นกษัตริย์ พราหมณ์ แพศย์ ศูทร เพราะว่าแม้กษัตริย์ก็ย่อมเป็นผู้มัวเมาในชาติได้ว่า บุคคลอื่นเช่นเราไม่มี หรือไม่เหมือนเรา

(ถ้าเป็นผู้ที่มัวเมาอย่างนี้ ลองคิดดูว่าจะทำให้เกิดทุกข์ได้ไหม ในขณะที่มีความสำคัญตน ขณะนั้นก็เป็นความติดข้องพอใจในสภาพของตนซึ่งมีความสำคัญ ผู้ที่มัวเมาในความสำคัญตนจะเป็นทุกข์ไหม ถ้ามีการต้อนรับซึ่งไม่สมเกียรติ ซึ่งก็ย่อมเป็นเหตุให้โทสมูลจิตเกิดได้ แม้เพียงเล็กน้อย)

แม้พราหมณ์ก็ย่อมจะมีมานะได้ เช่นมานะว่าเราเป็นพราหมณ์กัสสปโคตร เราเป็นพราหมณ์ภารทวารชโคตร

ถ้ามีผู้ที่เคารพนับถือน้อยไป ก็อาจจะเป็นเหตุให้ขุ่นเคืองใจได้ นี่ก็เป็นเหตุที่จะทำให้โทสมูลจิตเกิดได้

แม้แพศย์ แม้สูทรก็มีมานะในตระกูลวงศ์ของตน ทุกคนที่มีมานะย่อมต้องการให้คนอื่นเห็นในความสำคัญของตน ขณะใดที่บุคคลอื่นไม่เห็นความสำคัญของตน ขณะนั้นก็เป็นปัจจัยให้เกิดทุกข์ คือโทมนัสเวทนา ซึ่งเกิดกับโทสมูลจิต

บางคนก็มัวเมาในความไม่มีโรค ย่อมมีมานะว่าเราไม่มีโรค คนอื่นนอกจากเรามีโรคมาก บางคนก็คิดว่า ขึ้นชื่อว่า พยาธิ แม้เพียงจะผ่านผิวของเราก็ไม่มี

(ลองคิดดูว่า ถ้าเป็นผู้ที่มัวเมาถึงอย่างนี้ เมื่อเกิดโรคขึ้น แม้เพียงที่ผิวหนังเพียงเล็กน้อย คือที่หน้า หรือที่อื่น จะรู้สึกอย่างไร ทุกข์เกิดไหม เกิดแล้ว วันหนึ่ง ๆ โทมนัสเวทนาเกิดแล้ว นี่เป็นเรื่องที่จะต้องพิจารณาจริง ๆ ถ้าไม่พิจารณาก็จะไม่เห็นเลยว่าอะไรเป็นเหตุให้เกิดโทสมูลจิต หรือ โทมนัสเวทนาได้)

บางคนมัวเมาในความเป็นหนุ่มสาว ไม่ค่อยจะคิดถึงความแก่ ซึ่งเป็นของธรรมดาที่จะต้องเกิดขึ้น

(ถ้ามีความมัวเมาไม่ได้คิดไว้ล่วงหน้าในเรื่องของความแก่ เมื่อถึงเวลาแก่ชรา ก็จะเป็นทุกข์เสียใจ)

บางคนก็มัวเมาในชีวิต คิดว่าตัวเองจะต้องเป็นผู้ที่สุข

สบายอยู่ตลอดไปเรื่อย ๆ ไม่ได้คิดตระเตรียมที่จะพบกับความทุกข์ยากลำบากหรือภัยพิบัติต่าง ๆ เลย เมื่อถึงเวลาเสื่อมลาภ ก็ย่อมจะโศกเศร้ามากกว่าผู้ที่ไม่มัวเมา หรือเมื่อคนอื่นได้ลาภมากกว่า ก็เสียใจ เพราะว่าเคยเป็นผู้ที่ได้ลาภมากกว่าคนอื่น ซึ่งก็จะต้องพิจารณาจิตใจโดยละเอียดเพื่อไม่ให้อกุศลที่เกิดขึ้นนั้นเป็นโทมนัสเวทนาที่แรงกล้า

บางคนก็มัวเมาในสักการะ คือของที่ผู้อื่นนำมาบูชาหรือเอามาให้โดยเห็นความสำคัญ ความยิ่งใหญ่ หรือเห็นคุณความดีต่าง ๆ เมื่อถึงเวลาหมดบุญ ไม่มีใครเหลียวแลเลยก็เป็นทุกข์โทมนัส

บางคนก็มัวเมาในความเคารพ ถึงกับคิดว่าคนทั้งหลายไม่เคารพคนนั้นคนนี้ แต่ทำความเคารพเรา คิดว่าเขาเหล่านั้นเห็นเราแล้วย่อมไหว้ ทำความเคารพ เป็นราวกะว่า ฉัตรติดตั้งอยู่ที่หิน ซึ่งก็จะต้องพิจารณาความละเอียดของจิตใจ เพราะว่าทุกคนก็กระทำการเคารพเป็นประจำ แต่ถ้าบังเอิญใครสักคนหนึ่งซึ่งเคยทำความเคารพแต่เกิดไม่แสดงความเคารพ ก็อาจจะเกิดขุ่นใจ เคืองใจ นี่คือความสำคัญตน ซึ่งอาจเกิดขึ้นได้ ถ้าไม่พิจารณาเห็นว่ามัวเมาในการทำความเคารพของคนอื่น

ข้อความในอรรถกถาแสดงความละเอียดต่อไปจนถึง

ความเป็นผู้มัวเมาในความเป็นหัวหน้า ซึ่งเป็นผู้ที่ตัดสินปัญหาของหมู่คณะ หรือแม้ภิกษุที่ไปบิณฑบาตร เมื่อเดินนำก็มีมานะว่า ผู้อื่นตามตนไป เพราะตนเป็นหัวหน้า เมื่อหมดสภาพของความเป็นหัวหน้า ก็ย่อมทำให้เกิดโทมนัสได้

นอกจากนั้นก็เป็นผู้ที่มัวเมาในบริวาร ชอบที่จะมีผู้คนแวดล้อมมาก ถ้ามีน้อยลง จะรู้สึกอย่างไร และถ้าไม่มีเลยจะรู้สึกอย่างไร นี่คือเหตุที่จะให้เกิดทุกข์ในวันหนึ่ง ๆ ซึ่งสามารถที่จะกำจัดได้ ละคลายได้ ถ้าพิจารณาจริง ๆ ว่าอกุศลใดเป็นเหตุให้เกิดโทมนัสเวทนานั้น ๆ

นอกจากนั้น ผู้ที่**มัวเมาในโภคสมบัติ ในลาภ**ซึ่งได้มาก็ไม่ใช่ว่าจะได้มาเป็นประจำ ได้มาเป็นครั้งคราว แต่สำหรับโภคสมบัติคือเงินทองสำหรับใช้สอยประจำวัน ผู้ที่มัวเมาในโภคสมบัติซึ่งมีมากนั้น ถ้ามีโภคสมบัติน้อยลงก็ต้องเป็นเหตุให้เกิดทุกข์โทมนัส

นอกจากนั้นก็มีผู้ที่ **มัวเมาในวัณณะ** ซึ่งเป็นความสวยงามของร่างกาย หรือในคุณความดี ที่มีผู้สรรเสริญ เช่นความเป็นพหุสูต หรือมีศีล หรือเป็นผู้รักษาธุดงค์ ถ้าคนอื่นไม่รู้ก็เสียใจ นี่ก็เป็นเรื่องของความมัวเมาทั้งนั้น ซึ่งถ้ามัวเมาแล้ว ก็เป็นเหตุให้เกิดความทุกข์มากกว่าผู้ที่ไม่มัวเมา

บางคนเป็นผู้ที่ **มัวเมาในการศึกษา**ว่าตนเป็นผู้ที่มีการ

ศึกษามาก บางคนเป็นผู้ที่ **มัวเมาในปฏิภาณ** คือความฉลาดในการโต้ตอบ ในการแก้ปัญหาต่าง ๆ ซึ่งเมื่อคนอื่นไม่ยกย่องก็ขุ่นใจ

บางคนเป็นผู้ที่**มัวเมาในรัตตัญญู** คือความเป็นผู้เก่าแก่ได้พบเห็นและสันทัดในกิจการต่าง ๆ ถ้าคนอื่นไม่เชื่อ หรือไม่เห็นด้วยในความคิด ความเห็น ในการงานนั้น ก็ขุ่นเคือง บางท่านซึ่งเป็นพระภิกษุก็**มัวเมาในการถือบิณฑบาตรเป็นวัตร** ว่าเป็นผู้ที่ถือมาตั้งแต่บวช ส่วนคนอื่นนั้นเพิ่งจะถือ ซึ่งเมื่อบุคคลอื่นไม่ชื่นชมอนุโมทนาก็เสียใจ

บางคนก็เป็นผู้ที่**มัวเมาในความไม่มีใครดูหมิ่น** อาจจะเป็นผู้ที่มีความดีหลายอย่าง จนกระทั่งคนอื่นไม่ติ จึงทำให้เกิดความมัวเมาได้ว่า เราไม่เคยถูกใครดูหมิ่นเลย เมื่อมีใครติเตียนสักนิดเดียวจะรู้สึกอย่างไร อาจจะเป็นทุกข์หนักกว่าคนซึ่งรู้ตัวเองว่ามีหลาย ๆ อย่างซึ่งไม่ดี ซึ่งเมื่อคนอื่นติก็ควรที่จะรับฟัง ไม่ใช่เป็นสิ่งที่ควรจะขุ่นเคืองใจ

บางคนก็**มัวเมาในอิริยาบถ**ที่น่าเลื่อมใส ในกิริยามรรยาทที่งาม ถ้าเกิดทำอะไรพลาดสักนิดเดียว จะเดือดร้อนไหม ตัวอย่างเช่น ถือชามแกงแล้วตกลงไป หรือช้อนส้อมอาจจะตก แก้วอาจจะตก น้ำเปรอะพื้น เป็นต้น ซึ่งไม่เคยกระทำมาก่อน แต่ทุกสิ่งทุกอย่างย่อมเกิดขึ้นได้

ฉะนั้นถ้าเป็นผู้ไม่มัวเมาก็จะไม่เป็นทุกข์มาก

นอกจากนั้นก็เป็นผู้ที่**มัวเมาในอิทธิฤทธิ์ มัวเมาในยศ มัวเมาในศีล มัวเมาในฌาน** ถึงกับคิดว่า คนอื่นไม่ได้ฌานในกาลแม้สักว่าการดื่มน้ำของไก่ คือเก่งมากเลย คนอื่นนั้นฌาณจิตแม้เพียงชั่วขณะจิตเล็ก ๆ น้อย ๆ ก็ไม่เกิด

บางคนก็**มัวเมาในศิลปะ** คือความสามารถในการงาน ความมัวเมาไม่มีวันจบ ยังมีความมัวเมาต่อไปอีก แม้**ในความมีทรวดทรงสูง** ก็เห็นว่า คนอื่นมีทรวดทรงเตี้ยต่ำ หรือบางคนมีความ**มัวเมาในทรวดทรงสันทัด** ก็เห็นว่าคนอื่นสูงไป เตี้ยไปบ้าง หรือว่าเป็นผู้ที่มีความมัวเมาในทรวดทรงงาม ก็เห็นว่าคนอื่นมีรูปร่างแปลก ไม่น่าชม อะไร ๆ ของเขาก็แปลกไปทั้งนั้น ไม่ว่าจะเป็นคิ้ว ตา จมูก ปาก แต่ว่าทรวดทรงของเรางาม น่าปลื้มใจ น่าเลื่อมใส เมื่อทรวดทรงงามเปลี่ยนแปลงไปก็ย่อมเสียใจ เป็นทุกข์ บางคนแม้จะไม่มีทรวดทรงงาม แต่ก็ยังมีความ**มัวเมาในร่างกายที่บริบูรณ์** ตั้งแต่ศีรษะจรดเท้า แม้เส้นผมก็ไม่มีการที่จะไม่บริบูรณ์

จะเห็นได้ว่า **ยิ่งมัวเมาก็ยิ่งเป็นทุกข์ เพราะว่าสภาพธรรมย่อมไม่สามารถที่จะดำรงอยู่ได้** ต้องเปลี่ยนแปลงไปตามกาลเวลา ฉะนั้นแทนที่จะคิดว่าคนอื่นไม่งาม หรือว่า

คนอื่นดีกว่าเราไม่ได้ หรือว่าแม้ว่าเขาจะดี ก็คิดว่าสู้เราไม่ได้ แทนที่จะเป็นอย่างนั้น ก็ควรที่จะเห็นกิเลสของตนเองแล้วพยายามขัดเกลา ต้องมีความพยายามตั้งใจจริง ๆ ซึ่งเมื่อเห็นความไม่ดีของตนเองแล้วก็ยังจะต้องตั้งใจจริง ๆ ที่จะขัดเกลาด้วย

นี่เป็นเรื่องของความทุกข์ในชีวิตประจำวัน ซึ่งเมื่อพิจารณาแล้วจะเห็นได้ว่ามาจากเหตุหลายอย่าง แต่มีทางที่จะเป็นผู้เบิกบานอิ่มเอิบในกุศล และลดคลายอกุศลซึ่งเป็นโทสมูลจิตลงได้ ถ้าพิจารณาถึงเหตุที่จะให้เกิดโทสมูลจิตของตนเองโดยละเอียด

ข้อความในขุททกนิกาย มหานิทเทส สารีปุตตสุตต-นิทเทส ที่ ๑๖ ข้อ ๙๗๔ มีว่า

ภิกษุถูกตักเตือนด้วยวาจา พึงเป็นผู้มีสติชอบใจ พึงทำลายความเป็นผู้กระด้างในสพรหมจารีทั้งหลาย พึงกล่าววาจาอันเป็นกุศล ไม่พึงเปล่งวาจาเกินขอบเขต ไม่พึงคิดเพื่อธรรม คือการว่ากล่าวซึ่งชน

ชีวิตประจำวันไม่มีใครอยากจะติคนอื่นเลย เพราะรู้ว่าติแล้วเขาก็โกรธหรือไม่พอใจ ฉะนั้นผู้ที่ถูกติควรจะเห็นคุณของผู้ที่ติว่า ถ้าผู้ติไม่เห็นแก่ประโยชน์ของผู้ถูกติแล้วจะเตือนหรือจะติไหม เพราะว่าการติหรือการเตือนนั้นไม่ใช่

ง่ายอย่างการชมหรือการสรรเสริญ แต่ว่าจะต้องเป็นผู้ที่รู้จักบุคคลนั้นพอที่จะรู้ว่า จะสงเคราะห์ด้วยการติหรือการเตือนได้หรือไม่ ถ้าสงเคราะห์ไม่ได้ก็จะไม่ติหรือเตือนเลย เพราะว่าไม่มีประโยชน์ แต่สำหรับผู้ที่ถูกตินั้นควรพิจารณาว่า เมื่อมีใครติหรือเตือนรู้สึกอย่างไร

ข้อความต่อไปในข้อ ๙๗๕ มีว่า คำว่า ถูกตักเตือน ในคำว่า ภิกษุถูกตักเตือนด้วยวาจา พึงเป็นผู้มีสติชอบใจ (เป็นอย่างนี้หรือเปล่า)

ความว่า พระอุปัชฌายะ พระอาจารย์ พระเถระปูนอุปัชฌายะ พระเถระปูนอาจารย์ มิตรผู้ที่เคยเห็นกัน ผู้ที่เคยคบกันมา หรือสหายตักเตือนว่า ท่านผู้มีอายุ กรรมนี้ไม่ควรแก่ท่าน กรรมนี้ยังไม่ถึงแก่ท่าน กรรมนี้ไม่เหมาะแก่ท่าน กรรมนี้ไม่งดงามแก่ท่าน ภิกษุผู้ถูกตักเตือนนั้น พึงเข้าไปตั้งสติ ยินดี ชอบใจ เบิกบานใจ อนุโมทนา อยากได้ ประสงค์ ปรารถนา รักใคร่ ติดใจ ซึ่งความตักเตือนนั้น

สมจริงดังที่พระผู้มีพระภาคตรัสว่า

บุคคลพึงเห็นผู้ใดแสดงโทษ กล่าวข่มขี่ มีปัญญา ว่าเป็นเหมือนบุคคลผู้ชี้ขุมทรัพย์ให้ พึงคบหาบุคคลเช่นนั้น ผู้เป็นบัณฑิต เมื่อคบบัณฑิตเช่นนั้น มีแต่คุณอันประเสริฐ ไม่มีโทษลามกเลย พึงกล่าวสอน และพึงห้ามจากธรรมของ

อสัตบุรุษ บุคคลนั้นเป็นที่รักของพวกสัตบุรุษเท่านั้น เป็นที่ชังของพวกอสัตบุรุษ ดังนี้ เพราะฉะนั้นจึงชื่อว่า ภิกษุถูกตักเตือนด้วยวาจา พึงเป็นผู้มีสติชอบใจ

(ถ้าใครเป็นอย่างนี้น่าตักเตือนไหม เป็นเรื่องที่จะต้องรู้จริง ๆ ว่า ประโยชน์อยู่ที่ไหน)

ชื่อว่า **สพรหมจารี** ในคำว่า พึงทำลายความเป็นผู้กระด้างในสพรหมจารีทั้งหลาย คือบุคคลที่มีกรรมเป็นอันเดียวกัน มีอุเทศเป็นอันเดียวกัน มีสิกขาเสมอกัน

คำว่า พึงทำลายความเป็นผู้กระด้างในสพรหมจารีทั้งหลาย ความว่า พึงทำลายความเป็นผู้มีจิตอันความโกรธกระทบเข้าแล้ว ความเป็นผู้มีจิตกระด้างในสพรหมจารีทั้งหลาย คือ พึงทำลายความกระด้างแห่งจิตทั้ง ๕ พึงทำลายความกระด้างแห่งจิตทั้ง ๓ พึงทุบ ทำลาย กำจัดซึ่งความกระด้างเพราะราคะ ความกระด้างเพราะโทสะ ความกระด้างเพราะโมหะ เพราะฉะนั้นจึงชื่อว่า พึงทำลายความเป็นผู้กระด้างในสพรหมจารีทั้งหลาย

คำว่า พึงเปล่งวาจาอันเป็นกุศล ไม่พึงเปล่งวาจาเกินขอบเขต ความว่า พึงเปล่งวาจาอันเกิดขึ้นแต่ญาณ คือพึงเปล่ง เปล่งออก เปล่งออกดี ซึ่งวาจาอันประกอบด้วยอรรถ ประกอบด้วยธรรม ซึ่งเป็นวาจาประกอบด้วยประโยชน์

มีที่อ้างอิง มีที่สุด ตามกาลอันควร เพราะฉะนั้นจึงชื่อว่าพึงเปล่งวาจาที่เป็นกุศลชื่อว่าขอบเขต

ในคำว่า ไม่พึงกล่าววาจาเกินขอบเขต ได้แก่ ขอบเขต ๒ อย่าง คือ ขอบเขตตามกาล ๑ ขอบเขตตามศีล ๑

สมจริงดังที่พระผู้มีพระภาคตรัสว่า เหมือนสตรีหรือบุรุษที่เป็นสาว เป็นหนุ่ม กำลังเจริญ ชอบแต่งตัว อาบน้ำดำเกล้าแล้ว ได้พวงมาลัยดอกบัวก็ดี มาลัยดอกมะลิก็ดี พวงมาลัยดอกลำดวนก็ดี รับด้วย ๒ มือแล้ว เอาวางไว้บนศีรษะ ซึ่งเป็นอวัยวะสูงสุด พึงยินดี พึงชอบใจ เบิกบานใจ อนุโมทนา อยากได้ ประสงค์ ปรารถนา รักใคร่ ติดใจ ฉันใด ภิกษุผู้ถูกตักเตือนนั้น พึงเข้าไปตั้งสติ ยินดี ชอบใจ เบิกบานใจ อนุโมทนา อยากได้ ประสงค์ ปรารถนา รักใคร่ ติดใจ ซึ่งความตักเตือนนั้น ฉันนั้นเหมือนกัน แล้วใคร่ครวญและน้อมประพฤติปฏิบัติตาม ตามความสามารถ ไม่ใช่เพียงแต่ได้ฟังแล้วก็ผ่านไป

นี่คือสภาพจิตในชีวิตประจำวันจริง ๆ ใครมีโทสมูลจิตมาก คนนั้นมีกิริยาอาการไม่แช่มชื่นอย่างไร แล้วแต่กำลังของความโกรธ ถ้าโกรธมาก อาการก็รุนแรงมาก ซึ่งปรากฏเป็นลักษณะเป็นอาการของคนดุ นั่นคือลักษณะของผู้ที่มีโทสมูลจิตเกิดบ่อย ๆ ตรงกันข้ามกับผู้ที่สงบเสงี่ยม

◆◆◆

ข้อความในสังยุตตนิกาย สฬายตนวรรค คามณิสังยุตต์ จัณฑสูตร ข้อ ๕๘๖ มีข้อความว่า ครั้งนั้นแล นายจัณฑคามณี เข้าไปเฝ้าพระผู้มีพระภาคถึงที่ประทับ ถวายบังคมแล้ว นั่ง ณ ที่ควรส่วนข้างหนึ่ง ครั้นแล้วได้ทูลถามพระผู้มีพระภาคว่า ข้าแต่พระองค์ผู้เจริญ อะไรหนอ เป็นเหตุเป็นปัจจัย เครื่องให้บุคคลบางคนในโลกนี้ ถึงความนับว่าเป็นคนดุ ก็อะไรหนอแล เป็นเหตุให้เป็นปัจจัยเครื่องให้บุคคลบางคนในโลกนี้ ถึงความนับว่า เป็นคนสงบเสงี่ยม พระผู้มีพระภาคตรัสตอบว่า ดูกร นายคามณี คนบางคนในโลกนี้ยังละราคะไม่ได้ เพราะเป็นผู้ยังละราคะไม่ได้ คนอื่นจึงยั่วให้โกรธ คนที่ยังละราคะไม่ได้ คนอื่นยั่วให้โกรธ ย่อมแสดงความโกรธให้ปรากฏ ผู้นั้นจึงนับได้ว่าเป็นคนดุ

(ข้อความต่อไป ทรงแสดงถึงคนที่ยังละโทสะ โมหะไม่ได้ โดยนัยเดียวกัน ส่วนคนที่ละราคะ โทสะ โมหะได้แล้วก็ตรงกันข้าม คือเป็นผู้ที่สงบเสงี่ยม คนอื่นไม่สามารถยั่วให้โกรธได้)

เมื่อพระผู้มีพระภาคได้ตรัสอย่างนี้แล้ว นายจัณฑคามณี ได้กราบทูลพระผู้มีพระภาคว่า ข้าแต่พระองค์ผู้เจริญ พระธรรมเทศนาของพระองค์แจ่มแจ้งยิ่งนัก พระผู้มีพระภาค

ทรงประกาศธรรมโดยอเนกปริยาย เปรียบเหมือนหงายของที่คว่ำ เปิดช่องที่ปิด บอกหนทางแก่คนหลงทาง หรือตามประทีปในที่มืดด้วยหวังว่าคนมีจักษุจักเห็นรูป ฉะนั้น ข้าแต่พระองค์ผู้เจริญ ข้าพระองค์ขอถึงพระผู้มีพระภาคกับทั้งพระธรรมและพระภิกษุสงฆ์ว่าเป็นสรณะ ขอพระผู้มีพระภาคโปรดทรงจำข้าพระองค์ว่าเป็นอุบาสก ผู้ถึงสรณะจนตลอดชีวิต ตั้งแต่วันนี้เป็นต้นไป

จบสูตรที่ ๑

ในมโนรถปุรณี อรรถกถาอังคุตตรนิกาย ทุกนิบาต วรรคที่ ๒ อธิบาย อภิกกันตะ ศัพท์มีข้อความว่าดังนี้

"ผู้รู้ พึงทำการพูดซ้ำในความกลัว ความโกรธ การสรรเสริญ ในความรีบด่วน ในความโกลาหล ในความอัศจรรย์ ในความรื่นเริง ในความเศร้าโศก และในความเลื่อมใส" ดังนี้

ในชีวิตประจำวัน อาจจะพูดซ้ำ เมื่อสติเกิดระลึกได้ ก็รู้ว่าขณะนั้นกลัว หรือโกรธ หรือเศร้าโศก หรือเป็นความโกลาหล หรือเป็นการสรรเสริญ หรือเป็นการรีบด่วน เป็นการรื่นเริง หรือเป็นความเลื่อมใส

ทุกขณะในชีวิตเป็นนามธรรมและรูปธรรม ที่สติสามารถระลึกได้ ไม่ว่าจะเป็นอกุศลธรรมที่เล็กน้อยสักเพียงไร และ

ไม่ว่าจะอยู่ในภพภูมิไหน ไม่ว่าจะเป็นโทสมูลจิต ซึ่งเป็นความทุกข์อย่างเบาบางเล็ก ๆ น้อย ๆ หรือว่าจะเป็นโทสมูลจิตซึ่งเป็นความทุกข์ โทมนัสอย่างรุนแรง สติก็สามารถที่จะระลึกได้ ในมนุษยภูมินี้มีสุขกับทุกข์เจือกัน แต่ว่าในบางภูมิสุขย่อมมากกว่าทุกข์ แต่ก็ไม่ได้หมายความว่า จะปราศจากทุกข์เสียเลย

ข้อความในมโนรถปุรณี อรรถกถาอังคุตตรนิกาย ติกนิบาต ปฐมปัณณาสก์ วรรคที่ ๓ แสดงทุกข์ของเทพ มีข้อความว่า

ความสุขและความทุกข์อันเจือกัน ความสุขย่อมมีแก่มนุษย์ทั้งหลายโดยกาล ความทุกข์ย่อมมีแก่มนุษย์ทั้งหลายโดยกาล เทวดาชั้นกามาวจร ความสุขย่อมมีแก่เทพดาเหล่านั้นโดยกาล ความทุกข์ย่อมมีแก่เทพดาเหล่านั้นโดยกาล เทพดาเหล่านั้นผู้ต่ำกว่า เห็นเทพดาผู้มีศักดิ์ใหญ่กว่าแล้ว จำต้องลุกขึ้นจากอาสนะ ต้องหลีกออกไปจากทาง พึงนำออกซึ่งผ้าคลุม พึงกระทำอัญชลีกรรม สิ่งนั้นทั้งหมดชื่อว่า เป็นความทุกข์

ดูเหมือนไม่ใช่ทุกข์ แต่ใจใครจะรู้ ว่ามีความขุ่นเคืองใจ มีความไม่พอใจ มีความน้อยใจ ในขณะที่เห็นเทพผู้มีศักดิ์ใหญ่กว่า แล้วจำต้องลุกจากอาสนะ ต้องหลีกออกไปจากทาง

และพึงกระทำอัญชลี

บางคนอาจจะไม่อยากไหว้คนอื่น เพราะคิดว่าคนอื่นควรจะไหว้เขา ฉะนั้นเมื่อมีคนซึ่งจะต้องทำอัญชลีกรรม ก็อาจจะรู้สึกขุ่นเคืองใจ หรือเป็นทุกข์อย่างเบาบางเล็กน้อย แต่ขณะนั้นก็ให้ทราบว่าเป็นความไม่สบายใจแล้ว

ถ้าเป็นผู้ที่ละเอียดจริง ๆ สติปัฏฐานก็สามารถที่จะระลึกลักษณะของความขุ่นใจ ซึ่งต้องรู้ ถ้าไม่รู้ความขุ่นใจนั้นก็เป็นเรา เป็นตัวตน ไม่สามารถที่จะดับการยึดถือสภาพธรรมนั้น ว่าเป็นตัวตน สัตว์ บุคคลได้

มีใครคิดว่าจะละกิเลสได้ โดยไม่ต้องรู้ความขุ่นใจ เป็นไปได้ไหม เป็นไปไม่ได้ เพราะเหตุใด เพราะความขุ่นใจมีจริง ๆ เมื่อความขุ่นใจ มีจริง เป็นสภาพธรรมที่เกิดขึ้นและเคยยึดถือว่าเป็นเรา ปัญญาจะต้องรู้ชัดในลักษณะของสภาพธรรมที่เคยยึดถือ และรู้ว่าลักษณะนั้นไม่ใช่ตัวตน เพราะเป็นสภาพนามธรรมอย่างหนึ่งเท่านั้น

ข้อความในขุททกนิกาย มหานิทเทส สารีปุตตสุตตนิทเทส ที่ ๑๖ ข้อ ๙๔๕ มีข้อความแสดงว่า

ภิกษุควรรู้ความขุ่นใจ (ผู้ที่เจริญสติปัฏฐานก็เป็นภิกษุด้วย เพราะฉะนั้นก็ต้องรู้ความขุ่นใจด้วย) ในคำว่า เมื่อใดภิกษุควรรู้ความขุ่นใจ คำว่าใจคือ จิต ใจ มนัส ปัณฑระ

มนะ มนายตะ มนินทรีย์ วิญญาณ วิญญาณขันธ์ มโน วิญญาณธาตุ อันเกิดแต่ผัสสะ เป็นต้นนั้น

จิตเป็นธรรมชาติขุ่นมัว เศร้าหมอง ยุ่ง วุ่น หวั่นไหว หมุนไป ไม่สงบ เพราะกายทุจริต วจีทุจริต มโนทุจริต ราคะ โทสะ โมหะ ความโกรธ ความผูกโกรธ ความลบหลู่ ความตีเสมอ ความริษยา ความตระหนี่ ความลวง ความโอ้อวด ความหัวดื้อ

บางคนคิดว่า ทำไมต้องใช้คำมากหลายคำ ก็เข้าใจอยู่แล้วว่าจิต ใจคือจิต แต่ทั้งนี้ต้องแล้วแต่ว่าผู้ใดจะระลึกตรึกในลักษณะของ หทย มนะ มนายตนะ มนินทรีย์ วิญญาณ หรือวิญญาณขันธ์ แล้วแต่ว่าเข้าใจสภาพของจิตโดยสภาพใด คือโดยสภาพที่เป็นมนะหรือมนายตนะ หรือมนินทรีย์ หรือวิญญาณ หรือวิญญาณขันธ์

จิตเป็นสภาพขุ่นมัว เศร้าหมอง วันหนึ่ง ๆ ยุ่ง วุ่น หวั่นไหว หมุนไป ไม่สงบ เพราะกายทุจริต วจีทุจริต มโนทุจริต เพราะราคะ โทสะ โมหะ ความโกรธ ความผูกโกรธ ความลบหลู่ ความตีเสมอ ความริษยา ความตระหนี่ ความลวง ความโอ้อวด ความหัวดื้อ ความแข่งดี ความถือตัว ความดูหมิ่น ความเมา ความประมาท กิเลสทั้งหลาย ทุจริตทั้งหลาย ความกระวนกระวายทั้งปวง ความเร่าร้อนทั้งปวง

ความเดือดร้อนทั้งปวง อกุสลาภิสังขารทั้งปวง

คำว่า เมื่อใดภิกษุพึงรู้ความขุ่นใจ ความว่า ภิกษุพึงรู้ รู้ทั่ว รู้วิเศษ รู้วิเศษเฉพาะ แทงตลอดความที่จิตขุ่น เพราะฉะนั้นจึงชื่อว่า เมื่อใดภิกษุพึงรู้ความขุ่นใจ (เป็นจิตตานุปัสสนาสติปัฏฐาน) นอกจากความขุ่นใจเล็ก ๆ น้อย ๆ ซึ่งทำให้ปราศจากความสุข และกำจัดเสียซึ่งประโยชน์เกื้อกูลแล้ว บางกาลโทสมูลจิตที่เกิดขึ้นในชีวิตของแต่ละคนนั้น ย่อมเป็นทุกข์ใหญ่ ซึ่งเห็นได้ชัด

ในสัมโมหวิโนทนี อรรถกถาสัจจะวิภังคนิทเทส นิทเทสโสกะ ข้อ ๑๙๔ มีข้อความเรื่อง พฺยสนะ คือความพินาศ ๕ ประการได้แก่ ญาติพฺยสนะ ๑ โภคพฺยสนะ ๑ โรคพฺยสนะ ๑ สีลพฺยสนะ ๑ ทิฏฐิพฺยสนะ ๑ ความเศร้าโศกย่อมเกิดจากพฺยสนะเหล่านี้ คือ

๑ **ญาติพฺยสนะ** ความสิ้นไปแห่งญาติ หรือความพินาศแห่งญาติ ด้วยโจรภัยและโรคภัยเป็นต้น ญาติเป็นที่รักทุกข์ย่อมเกิดเพราะมีโลภะเป็นเหตุ

เมื่อมีความยินดีพอใจในสัตว์ บุคคล ในวัตถุสิ่งใดย่อมมีทุกข์ซึ่งเกิดเพราะสิ่งนั้น เมื่อญาติสิ้นชีวิตไปก็จะต้องมีความโศกเศร้า เสียใจ หรือแม้แต่ความพินาศของญาติที่ถูกโจรภัย หรือโรคภัยเป็นต้น ผู้ที่เกี่ยวข้องด้วยก็เป็นทุกข์

โทมนัส ซึ่งถ้าเป็นคนอื่น ก็คงจะมีความสงสาร มีความเห็นอกเห็นใจ แต่ไม่ถึงกับโศกเศร้าเสียใจ ซึ่งเป็นทุกข์ใหญ่อันหนึ่งซึ่งเนื่องจากญาติ ฉะนั้นจึงไม่มีข้อสงสัยเลยในเรื่องญาติพุยสนะ

๒ **โภคพุยสนะ พุยสนะ** คือความพินาศซึ่งเกิดจากโภคทรัพย์ คือความสิ้นไปแห่งโภคทรัพย์ด้วยอำนาจของราชภัย หรือโจรภัย เป็นต้น เมื่อยังไม่เกิดกับตน ก็ยังรู้สึกว่าเป็นเรื่องธรรมดา และเมื่อทรัพย์สมบัติของตนเสื่อมไปบ้าง สูญไปบ้าง หายไปบ้าง ถ้าเป็นสมบัตินิด ๆ หน่อย ๆ เล็ก ๆ น้อย ๆ ก็ไม่ค่อยจะโศกเศร้าหรือว่าเดือดร้อนเท่าไร แต่ถ้าทรัพย์สมบัติที่สูญเสียไปนั้นมาก ความรู้สึกก็จะหวั่นไหว แต่ขอให้พิจารณาว่า การเสื่อมทรัพย์เป็นจำนวนมากนั้น เปรียบเสมือนการทดลองการจาก ซึ่งจะต้องมีการจากที่ยิ่งใหญ่กว่านั้นอีกเมื่อสิ้นชีวิตไป ซึ่งต้องจากทรัพย์ทั้งหมด ไม่ใช่เพียงแต่ส่วนเดียว หรือส่วนใหญ่เท่านั้น

ฉะนั้นเมื่อยังมีชีวิตอยู่ ถึงแม้จะเสื่อมทรัพย์ไป มากน้อยเพียงใดก็ตาม ก็เป็นทดลอง หรือพิสูจน์ความติดข้องในทรัพย์นั้นว่าทำให้จิตใจหวั่นไหวมากน้อยเพียงใด หรือมีความมั่นคงพร้อมที่จะจากทุกสิ่งไป ทุกคนต้องจากโลกนี้ไป แต่ว่าจะจากโดยการพร้อมหรือไม่พร้อม ถ้ายังไม่พร้อมก็

เป็นทุกข์ โศกเศร้า อาลัย อาวรณ์ เสียดาย แม้รู้ว่าถึงอย่างไรก็ต้องจากไป

๓ **โรคพุยสนะ** ความพินาศซึ่งเกิดแต่โรค เพราะโรคย่อมทำความไม่มีโรคให้พินาศ คือทำความไม่มีโรคให้สิ้นไป ตราบใดที่ยังไม่มีโรคภัยไข้เจ็บ ก็ยังไม่รู้สึกเป็นทุกข์ แต่ถ้าเป็นโรคภัยไข้เจ็บที่ร้ายแรงก็จะเกิดทุกข์โทมนัสตามควรแก่โรคนั้น ๆ ซึ่งหนีไม่พ้นเหมือนกัน ไม่มีใครสามารถที่จะรู้ล่วงหน้าได้ว่า ต่อไปข้างหน้าจะมีโรคร้ายแรงขนาดไหน ซึ่งย่อมเกิดขึ้นเป็นไปตามเหตุคือกรรมที่ได้กระทำไว้แล้ว

๔ **สีลพุยสนะ** ความพินาศซึ่งเกิดแต่ศีล คือความทุศีลย่อมทำให้ศีลสิ้นไป เมื่อมีทุจริตกรรมคือการล่วงศีลเกิดขึ้น ย่อมได้รับทุกข์ด้วยประการต่าง ๆ ตั้งแต่เสื่อมเสียชื่อเสียงและไม่มีใครคบหาสมาคม และยังจะได้รับผลของอกุศลกรรมในการล่วงศีลนั้น ๆ ตามควรแก่กาลเวลาและความหนักเบาของทุจริตกรรมนั้นด้วย

๕ **ทิฏฐิพุยสนะ** ความเสื่อมหรือความพินาศซึ่งเกิดจากความเห็นผิด ซึ่งเป็นอันตรายมาก เพราะไม่สามารถคิดพิจารณาอย่างถูกต้องในเหตุผลของสภาพธรรมตามความเป็นจริงได้ ฉะนั้นตราบใดที่ยังไม่พ้นจากความเห็นผิด สังสารวัฏฏ์ก็จบสิ้นลงไม่ได้

ต่อไปก็จะถึงทุกข์ใหญ่ คือทุกข์ของมรณะ จบสิ้นทุกข์เล็กทุกข์น้อยที่มีในชีวิตประจำวัน แล้วในที่สุดก็ถึงทุกข์ใหญ่ที่สุด คือทุกข์ของมรณะ

ข้อความในสัมโมหวิโนทนี อรรถกถา พระวิภังคปกรณ์ สัจจะวิภังคนิทเทส มีข้อความว่า แม้มรณะนี้ ตัวเองก็ไม่เป็นทุกข์ แต่พระผู้มีพระภาคตรัสว่า ทุกข์ โดยเป็นวัตถุที่ตั้งแห่งทุกข์ ความจริงเวทนาอันมีในสรีระซึ่งแม้เกิดในที่สุดความตาย จะเผาสรีระ ดุจคบหญ้าติดไฟที่ถือไว้ทวนลม ในคราวที่นิมิตแห่งนรกเป็นต้นปรากฏ ก็จะเกิดโทมนัสอย่างรุนแรงขึ้น พึงทราบมรณะว่าเป็นทุกข์ โดยเป็นวัตถุที่ตั้งแห่งทุกข์ แม้ทั้งสองนี้ ด้วยประการฉะนี้

ผู้ที่ศึกษาพระอภิธรรมทราบว่า ความตายนั้น คือจิตขณะสุดท้ายเกิดขึ้นและดับไป จิตขณะสุดท้ายของภพนี้ชาตินี้ ทำกิจจุติ คือเคลื่อนหรือพรากให้สิ้นสุดสภาพความเป็นบุคคลนี้ จะกลับมาสู่ความเป็นบุคคลนี้อีกไม่ได้เลย สูญสิ้นสภาพความเป็นบุคคลนี้โดยสิ้นเชิงในสังสารวัฏฏ์ ในชาติก่อน ๆ ที่แล้วมา เคยเป็นใคร อยู่ที่ไหน ทำอะไร ก็สิ้นสุดสภาพของความเป็นบุคคลนั้น เมื่อตายจากชาติก่อนแล้วเกิดมาเป็นบุคคลในชาตินี้ ฉันใด เมื่อจุติจิต คือจิตดวงสุดท้ายของชาตินี้เกิดขึ้นและดับไป ก็สิ้นสุดความเป็นบุคคล

นี้ในชาตินี้ ฉันนั้น

เพียงชั่วขณะจิตเดียวที่จุติจิตเกิดแล้วดับ จะเป็นทุกข์ไหม ชั่วขณะจิตเดียวนั้นไม่รู้สึกเป็นทุกข์เลย แต่ทุกข์เกิดก่อนนั้น แม้มรณะนี้ ตัวเองก็ไม่เป็นทุกข์ แต่พระผู้มีพระภาคตรัสว่าทุกข์ โดยเป็นวัตถุที่ตั้งแห่งทุกข์ คือ เป็นวัตถุที่ตั้งแห่งทุกข์ ๒ อย่างคือ ทุกข์กายและทุกข์ใจ เพราะว่าโดยทั่ว ๆ ไปเวทนาที่เกิดก่อนจุตินั้นเผาสรีระ อุปมาดุจคบหญ้าติดไฟที่ถือไว้ทวนลม แต่สำหรับบางท่านนั้นง่ายเหลือเกิน ตายแล้วเกิดก็เหมือนหลับแล้วตื่น เพียงหลังจากเห็นเมื่อจักขุทวารวิถีจิตดับหมดแล้ว จุติจิตก็เกิดได้ หรือหลังจากที่ภวังคจิตเกิดต่อจากจักขุทวารวิถีแล้ว หรือต่อจากโสตทวารวิถี ฆานทวารวิถี ชิวหาทวารวิถี กายทวารวิถีแล้ว จุติจิตก็เกิดได้

ฉะนั้นจึงเป็นปกติเหมือนอย่างนี้ ความจริงที่เปรียบการตายแล้วเกิดคล้ายกับหลับตาแล้วลืมตานั้นก็ยังช้าไป คือเพียงชั่วขณะจุติจิตขณะเดียวเกิดขึ้นและดับไปและปฏิสนธิจิตเกิดต่อเพียงหนึ่งขณะนั้น จะเร็วสักแค่ไหน ฉะนั้นผู้ที่ไม่มีทุกขเวทนาแรงกล้าก่อนจุติจิตคือก่อนตายนั้น ก็แล้วแต่กรรมซึ่งแต่ละท่านได้กระทำมา เพราะการที่กายจะกระทบกับรูปใดแล้วเป็นปัจจัยให้จิตที่เป็นผลของกรรมคือเป็นวิบาก

จิตเกิดกับสุขหรือทุกขเวทนานั้น ต้องเป็นผลของกรรมที่ได้กระทำแล้ว

ถ้าเป็นผู้ที่พร้อมจริง ๆ จะไม่น่ากลัวเลย เพราะว่าทันทีที่จุติจิตดับ ปฏิสนธิจิตก็เกิดต่อทันที เมื่อยังไม่หมดกิเลส ยังไม่ใช่พระอรหันต์ก็จะต้องเกิดอีกแน่นอน จะกลัวตายไหม เพราะเมื่อจุติจิตเกิดและดับไปแล้วปฏิสนธิจิตก็เกิดต่อทันที จะเสียดาย ภพนี้ ชาตินี้ไหม ซึ่งก็เป็นเรื่องของแต่ละบุคคลที่ยังอยากจะอยู่ต่อไปอีกหรือไม่ ทั้งนี้ก็เพราะว่าเมื่อมีขันธ์เกิดขึ้นปรากฏ ที่จะไม่ยินดี พอใจ ยึดมั่นในขันธ์นั้นเป็นสิ่งที่เป็นไปไม่ได้

ฉะนั้นตราบใดที่ยังไม่ถึงจุติจิต ก็ย่อมมีความยินดีพอใจในชีวิต ในภพ ในขันธ์ เมื่อมีความยินดี พอใจในชีวิต ในภพ ในขันธ์ แต่กำลังจะจากไป มรณะหรือความตายนั้นจึงเป็นวัตถุที่ตั้งแห่งทุกข์ ๒ อย่าง คือ ทุกข์กาย ๑ และทุกข์ใจ ๑ และอีกประการหนึ่ง เพราะความตายนี้ เป็นวัตถุที่ตั้งแห่งทุกข์ทางใจ ซึ่งมีแก่คนบาปที่กำลังจะตาย ผู้กำลังเห็นนิมิตรมีกรรมชั่วเป็นต้นอยู่โดยลำดับ

สำหรับคนดี ผู้ไม่ข่มความพลัดพราก อันมีสัตว์และสังขารที่รัก เป็นอารมณ์อยู่ และทุกข์อันเกิดในสรีระ มีโรคลมอันตัดที่ต่อ และเครื่องผูกเป็นต้น ข่มไม่ได้ แก้ไขไม่ได้

ซึ่งมีแก่สัตว์ทั้งปวง ผู้กำลังถูกโรคเสียดแทงเป็นธรรมดา โดยไม่แปลกกันเช่นนี้ ฉะนั้น มรณะนี้ พระผู้มีพระภาคจึงตรัสว่า เป็นทุกข์เหมือนกันแล

เมื่อคนชั่วจะตาย ก็เป็นทุกข์ เพราะคิดถึงกรรมชั่วที่ได้ทำแล้ว และอาจจะเห็นนิมิตรของกรรมชั่ว คือ ภพภูมิที่จะไปเกิดต่อไป ก็ทำให้เกิดความทุกข์ขึ้น หรือสำหรับคนดี แต่ยังไม่สามารถที่จะข่มความพลัดพรากจากผู้เป็นที่รัก ทั้งสัตว์และสังขารที่รักซึ่งกำลังเป็นอารมณ์ ก็จะทำให้เกิดความทุกข์ได้ เช่นเดียวกัน มีท่านผู้ใหญ่ท่านหนึ่งเล่าให้ฟังว่า ท่านอยู่ใกล้คนที่กำลังจะตายคนหนึ่งซึ่งใส่แหวน ท่านก็ลองใจ เพราะรู้ว่ากำลังจะตาย ท่านจับแหวน แล้วลองขยับดูเพื่อจะถอด คนที่กำลังจะตายก็กำไว้แน่น ซึ่งก็แสดงให้เห็นว่า ความติด ความยึดในวัตถุ สังขารซึ่งเป็นที่รัก มากมายสักแค่ไหน แม้กำลังจะตายก็ไม่ยอมที่จะให้สิ่งที่พอใจนั้นจากพรากไป

ความโศกเศร้าเสียใจต่าง ๆ อันเนื่องมาจากความตาย จากการพลัดพรากจากผู้ที่เป็นที่รัก หรือว่าผู้ที่เป็นที่รักพลัดพรากไปนั้น ข้อความในสัมโมหวิโนทนี อรรถกถาพระวิภังคปกรณ์ อธิบายว่า

บทว่า **โสโก** แปลว่า ความโศก ด้วยอำนาจความเศร้า

ความเศร้าคือความเสียใจ ซึ่งเกิดจากความพินาศอย่างหนึ่งอย่างใดในพุยสน ๕

บทว่า **โสจนา** แปลว่า อาการคือความเศร้า

บทว่า **โสจิตตฺตํ** แปลว่า ภาวะที่เศร้า

บทว่า **อนฺโตโสโก** แปลว่า ความแห้งภายใน

ความโศกไม่มีลักษณะที่น่าพอใจเลยสักอย่างเดียว ที่จริงความโศกนั้น ย่อมเกิดขึ้นทำภายในให้แห้งผาก เหตุนั้นพระองค์จึงตรัสว่า อนฺโตโสโก ความแห้งภายใน อนฺโตปริโสโก ความแห้งผากภายใน (ซึ่งทุกคนก็คงรู้ลักษณะของความโศก แม้ว่าจะไม่กล่าวถึงโดยบทต่าง ๆ นี้)

ความโศกเมื่อเกิดขึ้น ย่อมเผาจิตใจ คือไหม้จิตใจอย่างยิ่ง ได้แก่ ทำให้บ่นว่า จิตใจของเราไหม้แล้ว เราไม่มีอะไร ๆ แจ่มใส ดังนี้

(เมื่อฟังคนที่กำลังเป็นทุกข์ ก็มีคำพูดที่แสดงถึงความทุกข์ต่าง ๆ ขณะนั้นเป็นอาการของโทสมูลจิตซึ่งประกอบด้วยโทมนัสเวทนา)

ก็โสกะนี้นั้น ถึงแม้โดยเนื้อความจะเป็นโทมนัสเวทนาอย่างเดียวก็จริง แม้เช่นนั้น ก็มีการไหม้ข้างในเป็นลักษณะ มีการเผารนใจเป็นรสะ มีความเศร้าโดยลำดับ เป็นปัจจุปัฏฐานะ คือเป็นอาการปรากฏ

(หน้าตาของคนที่กำลังเสียใจนั้นสามารถมองเห็นได้ว่าขณะนั้นเป็นทุกข์มากน้อยเพียงใด)

โสกะนี้ พระผู้มีพระภาคตรัสว่า ทุกข์ เพราะเป็นสภาวทุกข์ และเพราะเป็นวัตถุที่ตั้งของทุกข์

ถามว่า ของทุกข์ไหน แก้ว่า ของทุกข์ทางกายและทุกข์คือ โทมนัสในชวนะขณะ

โดยการศึกษาก็ทราบว่า ทุกข์ทางกายได้แก่ ทุกขกายวิญญาณ ซึ่งเป็นอกุศลวิบาก เป็นผลของกรรมที่ได้กระทำแล้ว แต่โทสมูลจิตที่เกิดร่วมกับโทมนัสเวทนานั้นเป็นอกุศลจิต ไม่ใช่วิบาก

จริงอยู่ ด้วยกำลังของความโศก ฝีหัวใหญ่ย่อมตั้งขึ้นที่หัวใจ สุกงอมแล้วแตก โลหิตเป็นสีดำย่อมไหลออกทางปาก เกิดทุกข์ทางกายอย่างแรงขึ้นได้ และเมื่อคิดอยู่ว่า พวกญาติของเราเท่านี้ถึงความสิ้นไป โภคะของเราเท่านี้ถึงความสิ้นไป ดังนี้ ย่อมเกิดโทมนัสอย่างรุนแรงขึ้นไป ก็โสกะนี้พึงทราบว่าเป็นทุกข์ เพราะเป็นวัตถุที่ตั้งแห่งทุกข์ ๒ อย่างนี้ด้วยประการฉะนี้

ความเสียใจอย่างรุนแรงนั้นย่อมถึงกับทำให้โลหิตสีดำไหลออกทางปาก แต่ว่าก็คงจะมีน้อยคน ที่จะโศกเศร้าถึงอย่างนั้น

อีกประการหนึ่ง เพราะความโศกย่อมเสียดแทงหทัยของเหล่าสัตว์ดุจลูกศร ย่อมเผาหทัยของเหล่าสัตว์อย่างแรงกล้าอีก ดังศรเหล็กเครื่องสังหารมนุษย์อันร้อนด้วยไฟ และย่อมนำมาพร้อมแม้ซึ่งทุกข์ชนิดต่าง ๆ อันต่างโดยพยาธิชราและมรณะ ฉะนั้น พระผู้มีพระภาคจึงตรัสเรียกว่า ทุกข์แล

ความโศกเศร้าเสียใจในชีวิตประจำวันของแต่ละคน ย่อมเกิดจากเหตุต่าง ๆ กัน ตามเหตุการณ์ของแต่ละคน ซึ่งในมโนรถปุรณี อรรถกถา อังคุตตรนิกาย ทุกนิบาต วรรคที่ ๑ ตปนียสูตร ข้อ ๒๔๙ มีเรื่องเล่าว่า

ดังได้สดับมา พี่น้องสองคนนั้น ฆ่าแม่โคตัวหนึ่งแบ่งเนื้อออกเป็น ๒ ส่วน ต่อแต่นั้นน้องชายพูดกับพี่ชายว่าทารกของเรามีมาก ท่านจงให้ไส้ใหญ่เหล่านั้นแก่เราเถิด

ครั้งนั้นพี่ชายจึงกล่าวกะเขาว่า เนื้อทั้งหมด เราแบ่งปันกันแล้วเป็น ๒ ส่วน เจ้าต้องการอะไรอีก ดังนี้ จึงประหารน้องชายให้ถึงสิ้นชีวิตแล้ว ก็เมื่อพี่ชายกลับไปแลดูเห็นน้องชายตายแล้ว จึงยังจิตให้เกิดขึ้นว่า เรากระทำกรรมอันหนักแล้ว ครั้งนั้นความโศกเศร้าอันมีกำลังเกิดขึ้นแล้วแก่เขา เขาระลึกถึงกรรมนั้นนั่นเทียว ในที่อันตนยืนแล้วบ้าง ในที่อันตนนั่งแล้วบ้าง ไม่ได้ความสบายใจเลย โอชะที่เขาลิ้ม ดื่ม เคี้ยว กิน ไม่แผ่ไปในสรีระของเขา

สรีระมีเพียงหนังหุ้มกระดูกเท่านั้น

อุบาสกนั้นเมื่อตายไปก็เกิดในนรก เมื่อระลึกถึงกรรมนั้นก็ทำให้ไม่สบายใจเลย ในที่ ๆ ยืนแล้วบ้าง ในที่นั่งแล้วบ้าง ไม่ว่าจะอยู่ในสถานที่ใด

โทสมูลจิตนั้น เมื่อมีกำลังแรงขึ้น ก็ทำให้เกิดปริเทวะ ข้อความใน สัมโมหวิโนทนี ข้อ ๑๙๕ แสดงความหมายของปริเทวะว่า

ที่ชื่อว่า **อาเทวะ** เหตุร่ำไห้ด้วยอรรถว่า เป็นเหตุครวญ คือร้องไห้ อ้างถึง ๆ อย่างนี้ว่า ธิดาของฉัน บุตรของฉัน ดังนี้ของคนทั้งหลาย ที่ชื่อว่า ปริเทวะ เหตุคร่ำครวญ ด้วยอรรถว่า เป็นเหตุครวญ ประกาศคุณของธิดาและบุตรนั้น ๆ บทละสอง ๆ อื่นจาก ๒ บทนั้น

ชื่อว่า **เพ้อ** การเพ้ออย่างผิดรูป ด้วยอำนาจการพูดครึ่ง ๆ กลาง ๆ และพูดอย่างอื่นเป็นต้น เหตุนั้นจึงชื่อว่า วิปฺปลาป การเพ้อผิด ๆ

บทว่า **ลาลโป** แปลว่า การพูดซ้ำ ๆ ซาก ๆ อาการแห่งการพูดซ้ำซาก ชื่อว่า ลาลปฺปนา

ปริเทวะนั้นมีการพูดซ้ำซาก เป็นลักษณะ มีการประกาศคุณและโทษ เป็นรสะ มีความหมุนไปพร้อม เป็นปัจจุปัฏฐาน โทสมูลจิตเป็นเหตุให้เสียใจ ร้องไห้ คร่ำครวญ

บ่น เพ้อต่าง ๆ

จริงอยู่ผู้ที่กำลังคร่ำครวญ ย่อมเอากำปั้นทุบลำตัวของตนได้ เอามือสองมือตีอก ขยี้อกได้ เอาหัวชนฝาได้ เพราะเหตุนั้น จึงเกิดทุกข์ทางกายอย่างรุนแรงขึ้นแก่ผู้นั้น เขาย่อมคิดเป็นต้นว่า ญาติของเราเท่านี้ได้ถึงความสิ้นไป เสื่อมไป ตั้งอยู่ไม่ได้อย่างยิ่งแล้ว เพราะเหตุนั้น จึงเกิดโทมนัสอย่างรุนแรงขึ้นแก่เขา พึงทราบปริเทวะว่าเป็นทุกข์ เพราะเป็นวัตถุที่ตั้งแห่งทุกข์ แม้ทั้งสองนี้ ด้วยประการฉะนี้

เมื่อเสียใจร้องไห้คร่ำครวญ จะมีทุกข์ทางกายบ้างไหม ถ้ายังไม่เคยโศกเศร้าเสียใจถึงอย่างนั้น ก็จะไม่ทราบว่าจะทำให้เกิดทุกข์ทางกายได้อย่างไรบ้าง แต่ผู้ที่ร้องไห้คร่ำครวญมาก ๆ ย่อมจะรู้ว่า จะมีทุกข์กายอย่างไรบ้าง ซึ่งข้อความต่อไปมีว่า

บุคคลผู้ถูกศร คือความโศก กำจัดวิเศษแล้ว คือถูกความโศกกำจัดยิ่งแล้ว คร่ำครวญอยู่ ย่อมประสบทันทีซึ่งทุกข์ใดอันเกิดแต่ความแห้งที่คอ ริมฝีปาก และพื้นเพดานที่ทนไม่ได้อย่างเหลือประมาณยิ่ง พระผู้มีพระภาคได้ตรัสปริเทวะ ความคร่ำครวญ ว่าเป็นทุกข์ โดยทุกข์นั้นแล

นอกจากโสกะ ปริเทวะ ข้อความต่อไปก็ได้กล่าวถึงลักษณะของทุกข์และโทมนัส ซึ่งอรรถของทุกข์และโทมนัส มีว่า

แม้ทุกข์และโทมนัส ทั้งสองนี้ พระผู้มีพระภาคก็ตรัสว่าเป็นทุกข์ เพราะตัวเองเป็นทุกข์ด้วยวัตถุที่ตั้งแห่งทุกข์ ทั้งทางกายและทางใจด้วย จริงอยู่ สำหรับคนที่ถึงทุกข์โดยทุกข์เพราะเท้า หูและจมูก นอนวางกระเบื้องเพื่ออาหารอันเป็นเดนไว้ข้างหน้าในศาลาของคนอนาถา หนอนทะลักออกจากปากแผลอยู่ ย่อมเกิดทุกข์ทางกายอย่างรุนแรงขึ้น ๆ เพราะเห็นมหาชนมีผ้าย้อมสีต่าง ๆ มีเครื่องอลังการที่น่าเจริญใจ เล่นนักขัตฤกษ์อยู่ ย่อมเกิดโทมนัสอย่างรุนแรงขึ้น

คนที่กำลังเจ็บไข้ได้ป่วย จะเห็นอาการของทุกข์ทางกายมากมายหลายอย่าง อาจจะถึงกับมีหนอนทะลักออกจากปากแผลก็ได้ หรือว่าบาดแผลธรรมดาที่ถูกตัดมือ เท้า หู จมูก โรคภัยไข้เจ็บต่าง ๆ ที่เกิดกับร่างกาย ตั้งแต่ศีรษะตลอดเท้า นั่นก็เป็นอาการของทุกข์ทางกาย แต่ว่าคนที่กำลังมีทุกข์ทางกาย ย่อมมีความโทมนัสเพิ่มขึ้น เวลาที่เห็นคนอื่นสนุกสนานร่าเริง และปราศจากโรคภัยไข้เจ็บใด ๆ ก็ย่อมจะมีความรู้สึกน้อยใจ เสียใจ เป็นโทมนัสเกิดขึ้น

อนึ่ง ผู้ที่แปรด้วยทุกข์ทางใจ จะสยายผมแล้วขยี้อุระ จะหมุนไปทั่ว หมุนไปต่าง ๆ จะโดดเหว จะนำศาสตรามาฆ่าตัว จะดื่มยาพิษ จะเอาเชือกแขวนคอ จะเข้ากองไฟ จะมีปกติเดือดร้อน มีจิตใจร้อนรุ่มอยู่ด้วยอาการนั้น ๆ

คิดเรื่องวิปริตนั้น ๆ อยู่

อีกประการหนึ่ง เพราะโทมนัสย่อมบีบคั้นจิตใจ และนำความบีบคั้นมาแก่ร่างกาย ฉะนั้น บัณฑิตทั้งหลายจึงกล่าวแม้โทมนัสว่าทุกข์แล

เวลาที่ใจเป็นทุกข์ กายก็พลอยกินไม่ได้นอนไม่หลับเป็นทุกข์ไปด้วย ฉะนั้นทุกข์กายจึงทำให้เกิดทุกข์ใจ และทุกข์ใจก็ทำให้เกิดทุกข์กาย ทำให้ปวดหัว เป็นไข้ หรือเป็นโรคภัยอื่น ๆ ซึ่งเกิดจากจิตซึ่งกำลังเป็นทุกข์ได้

ข้อความต่อไป ข้อ ๑๙๘ แสดงความหมายของทุกข์อีกประการหนึ่ง คืออุปายาส ชื่อว่า อายาส ความคับใจด้วยอรรถว่า ลำบาก

บทว่า **อายาส** ความคับใจนี้ เป็นชื่อของความลำบากแห่งจิตใจอันเป็นไปแล้วด้วยอาการหดหู่และย่อท้อ ความคับใจอย่างรุนแรง ชื่อว่า อุปายาส ความคับแค้นใจก็อุปายาสนี้นั้น มีความวุ่นวายใจ เป็นลักษณะ มีการถอนหายใจเป็นรสะ มีความปราศจากความยินดี เป็นปัจจุปัฏฐาน

ข้อความต่อไปได้ยกตัวอย่างในอรรถกถา ที่ว่า ผู้ที่ถูกพระราชากริ้ว ตัดอิสริยยศ และมีบุตรและพี่น้องที่ถูกประหาร ตัวเองก็ถูกสั่งฆ่า ก็ได้หนีเข้าไปสู่ดงด้วยความกลัว ปราศจากความยินดีอย่างใหญ่หลวง เกิดทุกข์ทางกายอย่างรุนแรงขึ้น

ยืนเป็นทุกข์ นอนเป็นทุกข์ นั่งเป็นทุกข์ เมื่อคิดอยู่ว่า ญาติของเราเท่านี้ โภคของเราเท่านี้ พินาศแล้ว ย่อมเกิดโทมนัสอย่างรุนแรงขึ้น

คนที่เคยมีทุกสิ่งทุกอย่าง เมื่อต้องสูญสิ้นหมดทุกสิ่งทุกอย่าง ก็เกือบทนมีชีวิตต่อไปไม่ได้ ด้วยความรู้สึกโทมนัส

อีกประการหนึ่ง อุปายาส ย่อมให้ทุกข์มีประมาณยิ่งใดเกิด เพราะเผารนจิตใจ และเพราะปราศจากยินดีของกาย โดยทุกข์นั้น พระผู้มีพระภาคจึงตรัสให้ชื่อว่า ทุกข์แล

ก็ทุกข์ใน ๕ อย่างนี้ คือ โสกะ ปริเทวะ ทุกข โทมนัส อุปายาส พึงทราบโสกะ ดุจการหุงน้ำมันเป็นต้นในภายในภาชนะเท่านั้นด้วยไฟอ่อน พึงทราบปริเทวะดุจการล้นออกข้างนอกของภาชนะที่เคี่ยวด้วยไฟแรง พึงทราบอุปายาสดุจการเคี่ยวจนสิ้นไปรอบในภายในภาชนะนั้นเองของสิ่งที่เหลือจากล้นออกข้างนอก แม้ไม่พอที่จะล้นออกอยู่

หวังว่า ชีวิตของแต่ละท่านคงจะไม่ได้ประสบกับโสกะ ปริเทวะ ทุกข โทมนัส อุปายาส อย่างรุนแรง แต่ก็มิได้หมายความว่าจะพ้นไปเลย แล้วแต่กำลังของความโศกในขณะนั้น บางทีเมื่อผู้เป็นที่รักสิ้นชีวิตไป ก็พอที่จะระลึกได้ว่าความโศกที่เกิดขึ้นในขณะนั้นถึงขั้นไหน ก็เป็นเรื่องของการสะสมของแต่ละบุคคล แต่ก็แสดงให้เห็นว่า ทุกภพทุกชาติ

ทุกคนต้องประสบกับทั้งโสกะ ปริเทวะ ทุกข โทมนัส อุปายาส

ต่อไปก็เป็นชีวิตประจำวัน คือ การประจวบกับสิ่งอันไม่เป็นที่รัก ที่ทำให้เกิดโทมนัส หรือทุกข์ขึ้น มีข้อความอธิบายว่า **อัปปิยสัมปโยค** คือ บทว่า "ที่เขาไม่ต้องการ" คือโดยอรรถว่า ที่เขาไม่แสวงหา เวลาที่ท่านผู้ฟังได้อะไรที่ท่านไม่ต้องการ ก็หมายความว่าสิ่งนั้นเป็นสิ่งซึ่งท่านไม่ได้แสวงหา บทว่า ที่เขาไม่ต้องการนี้ เป็นชื่อของอารมณ์ที่ไม่น่าพึงใจทั้งหลาย อันเขาไม่พึงแสวงหา ธรรมมีรูปเป็นต้นเหล่าใด ไม่ก้าวไป คือไม่ก้าวไปในใจ เหตุนั้นธรรมมีรูปเป็นต้นเหล่านั้นจึงชื่อว่า อกนฺตา ไม่ก้าวไปในใจ (อยู่ข้างนอก คือเห็นก็ผ่านไป ไม่ได้สนใจ ไม่ได้ใส่ใจ ไม่ได้ติดใจ ไม่ได้ต้องการ ไม่ได้แสวงหา)

ธรรมเหล่าใดย่อมไม่เอิบอาบในใจ หรือย่อมไม่ยังใจให้เจริญ เหตุนั้นธรรมเหล่านั้นจึงชื่อว่า อมนาปา ไม่เอิบอาบใจ หรือผู้ไม่ให้ใจเจริญ คือไม่น่าพึงใจ

ชื่อว่า "สงฺคติ" การไปพร้อม "สมาคโม" ความมาพร้อม ภาวะที่ร่วมกันในการยืนและนั่งเป็นต้น ชื่อว่า"สโมธานํ" การประชุม การทำกิจทั้งปวงร่วมกัน ชื่อว่า"มิสฺสีภาโว" ความเป็นผู้ปะปน

อัปปิยสัมปโยค ทุกข์นั้นมีการประชุมสิ่งที่เขาไม่ปรารถนา

เป็นลักษณะ มีการทำความกระทบจิตใจด้วยอาการต่าง ๆ เป็นรส มีภาวะที่ไร้ประโยชน์ เป็นปัจจุปัฏฐาน พระผู้มีพระภาคตรัสว่าเป็นทุกข์ เพราะเป็นที่ตั้งแห่งทุกข์แม้ทั้งสองอย่าง แก่ผู้ที่ประจวบแล้วกับสิ่งอันไม่เป็นที่รัก

(ลองพิจารณาว่า สิ่งที่ไม่เป็นที่รักในชีวิตของทุก ๆ ท่านคืออะไรบ้าง)

จริงอยู่ วัตถุที่เขาไม่ปรารถนาแล้ว (หมายถึงสิ่งของ) ถึงการประชุมเข้าแล้ว ย่อมให้เกิดทุกข์แม้ทางกาย โดยการเจาะ การตัด และการผ่าเป็นต้น แม้ทางใจ โดยนัยอันเกิดแต่ความหวาดกลัวขึ้นได้

สิ่งที่ไม่ปรารถนาทางกาย คือไม่ปรารถนาที่จะให้รูปซึ่งเป็นอันตรายกระทบร่างกาย ไม่ว่าจะเป็นมีด เป็นปืน เป็นวัตถุใด ๆ ก็ตาม ซึ่งจะทำให้ร่างกายปวดเจ็บ เป็นทุกข์ทรมาน นั่นคือวัตถุที่ไม่น่าปรารถนา แม้ทางใจก็มีทุกข์เวลาประจวบกับสิ่งที่ไม่น่าพอใจก็ทำให้เกิดความหวาดกลัวขึ้นได้

เพราะเหตุนั้น ท่านจึงตรัสไว้ ดังนี้ว่า

เพราะเห็นสัตว์อันไม่เป็นที่รักทีเดียว จึงมีทุกข์ที่ใจก่อน และมีทุกข์อันเกิดแต่ความพยายามของสัตว์อันไม่เป็นที่รักนั้นที่กาย เหตุใด เพราะเหตุนั้นพึงทราบความสมาคมกับ

สัตว์อันไม่เป็นที่รักนั้นว่า อันพระพุทธเจ้า ตรัสว่าเป็นทุกข์ เพราะเป็นวัตถุที่ตั้งแม้แห่งทุกข์ทั้งสอง ในโลกนี้

ท่านคงจะเคยมีคนที่ท่านไม่ชอบ ซึ่งแม้เพียงเห็นก็ไม่สบายใจแล้ว ไม่อยากเห็น บางทีถ้าทราบว่าคนนั้นจะไปที่ไหน ท่านก็ไม่ไป เพราะว่าไม่ต้องการที่จะพบเห็นคนที่ท่านไม่พอใจ นั่นคือการประสบกับสิ่งอันไม่เป็นที่รัก และถ้าไม่ชอบมากกว่านั้นอีก คือ โจรผู้ร้ายต่าง ๆ ซึ่งไม่มีใครชอบเลย เวลาเห็นขโมย โจร นอกจากไม่พอใจแล้ว ก็ยังถึงกับหวาดกลัวด้วย ขณะที่กำลังหวาดกลัวนั้นก็เป็นทุกข์ เมื่อเห็นผู้ไม่เป็นที่รักนั้นเพียงเห็นก็เป็นทุกข์ และเห็นกันต่อไปนาน ๆ ก็อาจจะเกิดทุกข์มากกว่านั้นอีก คือ ทะเลาะกัน ตีกัน วิวาทกัน ทำร้ายกัน ฆ่ากันก็ได้

ฉะนั้น ทุกข์ซึ่งเกิดจากการประสบกับสิ่งหรือผู้ไม่เป็นที่รัก ย่อมมีตั้งแต่เล็ก ๆ น้อย ๆ จนกระทั่งถึงกับทำให้เกิดภัยอันตรายขึ้นได้

ชีวิตประจำวันนั้น นอกจากจะประสบกับสิ่งซึ่งไม่เป็นที่รักแล้ว ก็ยังมีทุกข์อื่นอีกคือ พลัดพรากจากสิ่งอันเป็นที่รัก

ก็ในนิทเทสนี้ พระผู้มีพระภาคตรัสคำเป็นอาทิว่า ได้แก่มารดาก็ตาม ดังนี้ เพื่อทรงแสดงบุคคลผู้ใคร่ประโยชน์โดยสงบ ในคำว่า มารดาเป็นต้นนั้น มีวิเคราะห์

ศัพท์ดังต่อไปนี้ ชื่อว่ามารดา ด้วยอรรถว่าประพฤติยึดถือว่าของเรา ชื่อว่า บิดา ด้วยอรรถว่า ประพฤติรักใคร่ ชื่อว่า พี่ชายน้องชาย ด้วยอรรถว่าเป็นผู้คบ ชื่อว่า พี่น้องหญิงก็เหมือนกัน ชื่อว่า มิตร ด้วยอรรถว่าประพฤติเมตตา หรือด้วยอรรถว่านับถือ ชื่อว่า อำมาตย์ ด้วยอรรถว่า เป็นผู้ร่วมโดยอรรถคือเป็นไปร่วมกันในกิจและกรณียะทั้งหลาย ชื่อว่า ญาติ ด้วยอรรถว่าเป็นผู้ทราบ หรือรู้อยู่อย่างนี้ว่า คนนี้เป็นคนข้างในของเรา ชื่อว่า สาโลหิต ด้วยอรรถว่าเป็นผู้สัมพันธ์กันโดยสายเลือด

ปิเยหิวิปโยค มีการพลัดพรากจากวัตถุที่น่าปรารถนาเป็นลักษณะ มีการให้เกิดความโศกขึ้น เป็นรสะ มีการโยนความพินาศให้ เป็นปัจจุปัฏฐาน นี่คือการพลัดพรากจากผู้ที่เป็นที่รักทั้งหลาย คือมารดา บิดา พี่น้องชาย พี่น้องหญิง หรือแม้มิตรอำมาตย์ ญาติสาโลหิต

จริงอยู่ วัตถุที่น่าปรารถนาอันบุคคลพลัดพรากอยู่ย่อมให้เกิดทุกข์แม้ทางกาย โดยลักษณะ มีทำให้สรีระซูบซีดและเหี่ยวแห้ง เป็นต้น แม้ทางใจ โดยเศร้าสร้อยเป็นลำดับว่า แม้สิ่งซึ่งมีอยู่แล้วแก่เรานั้น ก็จะไม่มีแก่เขาอีก ดังนี้ เพราะเหตุนั้น ท่านจึงกล่าวไว้ดังนี้ว่า เพราะพลัดพรากจากญาติและทรัพย์เป็นต้น คนพาลผู้เพียบพร้อมด้วยลูกศร คือ

ความโศก จึงเสียดแทงใจ เหตุใด เพราะเหตุนั้น ความพลัดพรากจากของรักนี้ ท่านจึงกล่าวว่า เป็นทุกข์

เมื่อมารดา บิดา พี่น้องชาย พี่น้องหญิง มิตรอำมาตย์ ญาติสาโลหิต สิ้นชีวิตไป ผู้ที่คิดถึงก็จะมีความโศกเศร้าและรู้สึกว่า สิ่งที่มีอยู่แล้วแก่เรานั้น ก็จะไม่มีแก่เขาอีก

ชีวิตของเรายังมีอยู่ แต่ชีวิตของเขาก็ไม่มีที่จะเป็นบุคคลนั้นอีกต่อไป ทรัพย์สมบัติ บ้านช่อง ข้าวปลาอาหารทั้งหลาย ซึ่งเรามีกำลังบริโภค สำหรับเขาก็ไม่มีอีก นี่คือความรู้สึกที่ระลึกถึงผู้จากไป โดยสิ้นชีวิต ขณะที่เพียงคิดถึง ระลึกถึงนั้นก็เป็นโทมนัสเวทนาอย่างอ่อน ซึ่งจะเพิ่มกำลังขึ้น จนถึงกับทำให้ร่างกายซูบซีดเหี่ยวแห้งหรือไม่นั้น ก็แล้วแต่กำลังของโทมนัสเวทนา

และนั่นคือการพลัดพรากจากสิ่งซึ่งเป็นที่รัก

รวมความของทุกข์ทั้งหมด คือ ปรารถนาสิ่งใด เมื่อไม่ได้ย่อมเป็นทุกข์ เช่นปรารถนาที่จะไม่แก่ ปรารถนาที่จะไม่เจ็บ ปรารถนาที่จะไม่ตาย ก็ไม่มีทางที่จะเป็นไปได้

พระผู้มีพระภาคตรัสว่า ยมฺปิจฺฉํนลภติ ตมฺปิทุกฺข ปรารถนาสิ่งใด ไม่ได้สิ่งนั้น แม้นั้น ก็เป็นทุกข์ ความปรารถนานั้น มีปรารถนาวัตถุอันไม่พึงได้ เป็นลักษณะ มีการแสวงหาวัตถุนั้น เป็นรสะ มีความไม่สำเร็จ เป็นปัจจุปัฏฐาน

อีกประการหนึ่ง สำหรับสัตว์ผู้ปรารถนาวัตถุนั้น ๆ อยู่ เพราะไม่ได้วัตถุนั้น ๆ ย่อมเกิดทุกข์อันสำเร็จแต่ความพลาดหวังในโลกนี้ เพราะความปรารถนาวัตถุอันไม่พึงได้ เป็นเหตุแห่งทุกข์นั้น ฉะนั้น พระผู้มีพระภาคจึงได้ตรัส ความไม่ได้สิ่งที่ปรารถนาแล้ว ว่าเป็นทุกข์แล

โดยย่อ คือ อุปาทานขันธ์ เป็นทุกข์

เมื่อย่อลงไป จนถึงที่สุดของทุกข์ทั้งหมด ที่ได้กล่าวถึงแล้ว ก็คือ ขันธ์ หรืออุปาทานขันธ์ นั่นเอง เป็นทุกข์

บทว่า **สงฺขิตฺเตน** โดยย่นย่อว่า พระผู้มีพระภาคตรัสทรงหมายเอาเทศนา จริงอยู่ ใคร ๆ ไม่อาจจะย่นย่อทุกข์ไว้ว่า เท่านี้ ๑๐๐ ทุกข์ หรือว่าเท่านี้ ๑๐๐๐ ทุกข์ แต่เทศนาอาจย่นย่อได้ เพราะฉะนั้นเมื่อทรงย่นย่อเทศนาว่า ขึ้นชื่อว่าทุกข์ มิใช่อะไรอื่น โดยย่นย่ออุปาทานขันธ์ ๕ เป็นทุกข์ ดังนี้ จึงตรัสอย่างนั้น

เพราะทุกข์มีชาติเป็นต้นอันใด อันพระพุทธเจ้าผู้คงที่ตรัสไว้ในโลกนี้ และทุกข์ใดที่พระองค์มิได้ตรัสไว้ ทุกข์นั้น ๆ ทั้งหมด เว้นขันธ์ ๕ นี้เสียแล้ว ย่อมไม่มี ฉะนั้นอุปาทานขันธ์ ๕ นี้ พระผู้มีพระภาคผู้ทรงแสดงที่สุดแห่งทุกข์ จึงได้ตรัสว่าเป็นทุกข์ โดยย่อ

ถ้าจะกล่าวถึงทุกข์ของแต่ละคน ให้แต่ละคนเอาทุกข์

ของตัวเองมาเล่าสู่กันฟัง ก็คงจะไม่มีวันจบ เพราะว่าวันนี้ทุกข์อย่างหนึ่ง อีกวันก็ทุกข์อีกอย่างหนึ่ง

ในโลกนี้มีคนมากมายเพียงใด ทุกข์ก็แจกแจงไปตามเหตุตามปัจจัยเพียงนั้น ไม่มีทางที่จะประมาณได้ว่า นี้ทุกข์ ๑๐๐ ทุกข์ นี้ ๑๐๐๐ ทุกข์ ก็จริง **แต่โดยสรุปแล้ว ทุกข์ทั้งหมดคืออุปาทานขันธ์ ๕ นั่นเองเป็นทุกข์ เพราะว่าถ้าไม่มีขันธ์ ๕ ก็ไม่มีทุกข์**

ซึ่งมีข้อความอุปมาว่า ชาติเป็นต้น เบียดเบียนอุปาทานขันธ์ ๕ นั่นแล โดยประการต่าง ๆ ดังไฟป่าเบียดเบียนเชื้อฟืน เครื่องประหารเบียดเบียนเป้า เหลือบและยุงเป็นต้นเบียดเบียนโค คนเกี่ยวข้าวเบียดเบียนนา โจรปล้นบ้านเบียดเบียนบ้าน ย่อมเกิดในอุปาทานขันธ์ทั้ง ๕ นั้นเอง ดุจหญ้าและเถาวัลย์เป็นต้น เกิดในพื้นดิน ดุจดอกไม้ผลไม้และใบอ่อน เป็นต้น เกิดในต้นไม้ ฉะนั้น

เมื่อขันธ์ ๕ เกิดแล้วก็เหมือนต้นไม้ที่เกิดแล้ว ซึ่งย่อมมีดอกไม้ ผลไม้และใบอ่อน เกิดที่ต้นไม้นั้น ฉันใด เมื่อขันธ์๕ เกิดแล้วก็ย่อมจะมีทุกข์ลักษณะหนึ่งลักษณะใด เช่น โสกะ ปริเทวะ ทุกข โทมนัส หรืออุปายาสนั่นเอง เกิดจากอุปาทานขันธ์ ๕ นั้น

และอุปาทานขันธ์ ๕ มีทุกข์เบื้องต้นคือชาติ มีทุกข์

ท่ามกลางคือชรา มีทุกข์สุดท้ายคือมรณะ เพราะทุกข์มีความตายเป็นที่สุดกระทบเฉพาะ จึงมีทุกข์ที่เผาลน คือโสกะ เพราะอดกลั้นโสกะไม่ได้ จึงมีทุกข์ซึ่งเป็นเหตุพูดรำพัน คือ ปริเทวะ ต่อนั้น เพราะประจวบกับโผฏฐัพพะที่ไม่น่าปรารถนา กล่าวคือธาตุกำเริบ จึงมีทุกข์ที่เบียดเบียนกาย คือทุกข์ เพราะปุถุชนผู้ถูกทุกข์เบียดเบียนอยู่ เกิดปฏิฆะขึ้นในอุปาทานขันธ์นั้น จึงมีทุกข์ที่เบียดเบียนใจคือโทมนัส เพราะโสกะ เป็นต้น เจริญ สำหรับผู้ที่เกิดความปราศจากยินดี มีทุกข์ที่คอยถอนหายใจเนือง ๆ คือ อุปายาส สำหรับผู้ที่ถึงความพลาดหวังแห่งใจ มีทุกข์ เพราะพลาดหวัง คือความไม่ได้สิ่งที่ตนปรารถนา

อุปาทานขันธ์ทั้ง ๕ ที่บุคคลเข้าไปพิจารณาโดยประการต่าง ๆ อย่างนี้ ด้วยประการนี้นั่นแล ชื่อว่าเป็นทุกข์

ข้อความต่อไปมีว่า พระผู้มีพระภาคเพื่อจะทรงแสดงย่อทุกข์ที่พระองค์ตรัสแสดงแต่ละอย่าง ๆ นี้ ซึ่งใคร ๆ ไม่อาจกล่าวโดยไม่เหลือได้ด้วยกัปป์มิใช่น้อยนั้นแม้ทั้งหมดในอุปาทานขันธ์ ๕ หมวดใดหมวดหนึ่ง ดุจย่อรสแห่งน้ำในมหาสมุทรทั้งสิ้น แสดงในหยดน้ำหยดเดียวฉะนั้น จึงได้ตรัสว่า สงฺขิตฺเตน ปญฺจุปาทานกฺขนฺธา ทุกฺขา กล่าวโดยย่อแล้ว อุปาทานขันธ์ ๕ เป็นทุกข์ ดังนี้แล

ไม่ใช่เฉพาะในชาตินี้ ในสังสารวัฏฏ์ หลายแสนโกฏิ-กัปป์นับประมาณไม่ได้เลยนั้น ความทุกข์ก็มีประการต่าง ๆ ซึ่งแม้ว่าจะมีมากเพียงใด พระผู้มีพระภาคก็ทรงย่อลงที่อุปาทานขันธ์ ๕ นั่นเอง ดุจย่อรสแห่งน้ำในมหาสมุทรทั้งสิ้นแสดงในหยดน้ำ หยดเดียว ฉะนั้น

ในพระสูตรก็ได้กล่าวถึงความทุกข์ซึ่งแต่ละคนประสบในสังสารวัฏฏ เช่น ในสังยุตตนิกาย นิทานวรรค อนมตัคคสังยุตต์ ปฐมวรรคที่ ๑ อัสสุสูตร ข้อ ๔๒๕ มีข้อความว่า

สมัยหนึ่ง พระผู้มีพระภาคประทับอยู่ ณ พระวิหารเชตวัน อารามของท่านอนาถบิณฑิกเศรษฐี เขตพระนครสาวัตถี ณ ที่นั้นแล พระผู้มีพระภาคตรัสเรียกภิกษุทั้งหลายแล้วได้ตรัสว่า ดูกร ภิกษุทั้งหลาย สังสารนี้กำหนดที่สุดเบื้องต้นเบื้องปลายไม่ได้ พวกเธอจะสำคัญความข้อนั้นเป็นไฉน น้ำตาที่หลั่งไหลของพวกเธอผู้ท่องเที่ยวไปมาคร่ำครวญร้องไห้อยู่ เพราะประสบสิ่งที่ไม่พอใจ เพราะพลัดพรากจากสิ่งที่พอใจ โดยกาลนานนี้ กับน้ำในมหาสมุทรทั้ง ๔ สิ่งไหนจะมากกว่ากัน

(ทำไมพระผู้มีพระภาคไม่ทรงแสดงพระอภิธรรม โดยละเอียดตลอดเวลา แต่ทรงแสดงธรรมที่จะเตือนให้บุคคลนั้นระลึกถึงการที่เมื่อกิเลสยังไม่ดับ ปัญญายังไม่เจริญ ก็

ไม่สามารถที่จะพ้นไปจากการร้องไห้หรือความโศกเศร้าต่าง ๆ ในสังสารวัฏฏ์ได้ จึงได้ตรัสถามภิกษุเหล่านั้นว่า ที่เคยร้องไห้มาแล้วในสังสารวัฏฏ์ กับน้ำในมหาสมุทรสิ่งไหนจะมากกว่ากัน)

ภิกษุเหล่านั้นทูลว่า ข้าแต่พระองค์ผู้เจริญ พวกข้าพระองค์ย่อมทราบธรรมตามที่พระผู้มีพระภาคทรงแสดงแล้วว่า น้ำตาที่หลั่งไหลออกของพวกข้าพระองค์ ผู้ท่องเที่ยวไปมา คร่ำครวญร้องไห้อยู่ เพราะการประสบสิ่งที่ไม่น่าพอใจ เพราะการพลัดพรากจากสิ่งที่พอใจ โดยกาลนานนี้แหละมากกว่า ส่วนน้ำในมหาสมุทรทั้ง ๔ ไม่มากกว่าเลย

(ผู้ที่เห็นทะเล ก็ควรจะระลึกได้ว่า น้ำตาของท่านในสังสารวัฏฏ์นั้นมากกว่าน้ำในมหาสมุทรเสียอีก)

พระผู้มีพระภาคตรัสว่า ดูกรภิกษุ ถูกละ ๆ พวกเธอทราบธรรมที่เราแสดงแล้วอย่างนี้ ถูกแล้ว น้ำตาที่หลั่งไหลออกของพวกเธอ ผู้ท่องเที่ยวไปมา โดยกาลนานนี้แหละมากกว่า ส่วนน้ำในมหาสมุทรทั้ง ๔ ไม่มากกว่าเลย พวกเธอได้ประสบมรณกรรมของมารดาตลอดกาลนาน น้ำตาที่หลั่งไหลออกของเธอเหล่านั้น ผู้ประสบมรณกรรมของมารดาคร่ำครวญร้องไห้อยู่ เพราะประสบสิ่งที่ไม่พอใจ เพราะพลัดพรากจากสิ่งที่พอใจ นั่นแหละมากกว่า ส่วนน้ำใน

มหาสมุทรทั้ง ๔ ไม่มากกว่าเลย

พวกเธอได้ประสบมรณกรรมของบิดาตลอดกาลนาน น้ำตาที่หลั่งไหลออกของเธอเหล่านั้น ผู้ประสบมรณกรรมของบิดา คร่ำครวญร้องไห้อยู่ เพราะประสบสิ่งที่ไม่พอใจ เพราะพลัดพรากจากสิ่งที่พอใจ นั่นแหละมากกว่า ส่วนน้ำในมหาสมุทรทั้ง ๔ ไม่มากกว่าเลย

พวกเธอได้ประสบมรณกรรมของพี่ชายตลอดกาลนาน น้ำตาที่หลั่งไหลออกของเธอเหล่านั้น ผู้ประสบมรณกรรมของพี่ชาย คร่ำครวญร้องไห้อยู่ เพราะประสบสิ่งที่ไม่พอใจ เพราะพลัดพรากจากสิ่งที่พอใจ นั่นแหละมากกว่า ส่วนน้ำในมหาสมุทรทั้ง ๔ ไม่มากกว่าเลย

พวกเธอได้ประสบมรณกรรมของพี่สาวตลอดกาลนาน น้ำตาที่หลั่งไหลออกของเธอเหล่านั้น ผู้ประสบมรณกรรมของพี่สาว คร่ำครวญร้องไห้อยู่ เพราะประสบสิ่งที่ไม่พอใจ เพราะพลัดพรากจากสิ่งที่พอใจ นั่นแหละมากกว่า ส่วนน้ำในมหาสมุทรทั้ง ๔ ไม่มากกว่าเลย

พวกเธอได้ประสบมรณกรรมของน้องสาวตลอดกาลนาน น้ำตาที่หลั่งไหลออกของเธอเหล่านั้น ผู้ประสบมรณกรรมของน้องสาว คร่ำครวญร้องไห้อยู่ เพราะประสบสิ่งที่ไม่พอใจ เพราะพลัดพรากจากสิ่งที่พอใจ นั่นแหละมากกว่า ส่วนน้ำ

ในมหาสมุทรทั้ง ๔ ไม่มากกว่าเลย

พวกเธอได้ประสบมรณกรรมของบุตรตลอดกาลนาน น้ำตาที่หลั่งไหลออกของเธอเหล่านั้น ผู้ประสบมรณกรรมของบุตร คร่ำครวญร้องไห้อยู่ เพราะประสพสิ่งที่ไม่พอใจ เพราะพลัดพรากจากสิ่งที่พอใจ นั่นแหละมากกว่า ส่วนน้ำในมหาสมุทรทั้ง ๔ ไม่มากกว่าเลย

พวกเธอได้ประสบมรณกรรมของธิดาตลอดกาลนาน น้ำตาที่หลั่งไหลออกของเธอเหล่านั้น ผู้ประสบมรณกรรมของธิดา คร่ำครวญร้องไห้อยู่ เพราะประสบสิ่งที่ไม่พอใจ เพราะพลัดพรากจากสิ่งที่พอใจ นั่นแหละมากกว่า ส่วนน้ำในมหาสมุทรทั้ง ๔ ไม่มากกว่าเลย เป็นต้น

ความเสื่อมแห่งญาติ ความเสื่อมแห่งโภคะ ได้ประสบความเสื่อมเพราะโรค เป็นต้น ตลอดกาลนาน น้ำตาที่หลั่งออกของเธอเหล่านั้น ผู้ประสบความเสื่อมเพราะโรค คร่ำครวญร้องไห้อยู่ เพราะประสบสิ่งที่ไม่พอใจ เพราะพลัดพรากจากสิ่งที่พอใจ นั่นแหละมากกว่า ส่วนน้ำในมหาสมุทรทั้ง ๔ ไม่มากกว่าเลย ข้อนั้นเพราะเหตุไร เพราะว่า สังสารนี้กำหนดที่สุดเบื้องต้น เบื้องปลายไม่ได้ ดูกรภิกษุทั้งหลาย ก็เหตุเพียงเท่านี้ พอทีเดียว เพื่อที่จะเบื่อหน่ายในสังขารทั้งปวง พอเพื่อจะคลายกำหนัด พอเพื่อจะหลุดพ้น ดังนี้

ไม่ใช่ว่า ภิกษุเหล่านั้นจะไม่เข้าใจเรื่องการเจริญสติปัฏฐาน ถึงแม้ว่าจะเป็นผู้เข้าใจเรื่องการเจริญสติปัฏฐานก็จริง แต่ถ้าไม่มีพระธรรมเทศนา ที่จะทรงตักเตือนให้ระลึกถึงสภาพของสังขารที่เป็นทุกข์ สติย่อมไม่เกิดขึ้นระลึกลักษณะของสภาพธรรมที่กำลังปรากฏ และพระผู้มีพระภาคก็ไม่ได้ทรงอุปมาเพียงน้ำตากับน้ำในมหาสมุทรเท่านั้น

ในติณกัฏฐสูตร ข้อ ๔๒๑- ๔๒๒ มีข้อความว่า

พระผู้มีพระภาคตรัสกับภิกษุทั้งหลายว่า เหมือนอย่างว่า บุรุษตัดทอนหญ้า ไม้ กิ่งไม้ ใบไม้ในชมพูทวีปนี้ แล้วจึงรวมกันไว้ ครั้นแล้ว พึงกระทำให้เป็นมัด ๆ ละ ๔ นิ้ววางไว้สมมติว่า นี้เป็นมารดาของเรา นี้เป็นมารดาของมารดาของเรา โดยลำดับ มารดาของมารดาแห่งบุรุษนั้นไม่พึงสิ้นสุด ส่วนว่า หญ้า ไม้ กิ่งไม้ ใบไม้ ในชมพูทวีปนี้ พึงถึงการหมดสิ้นไป ข้อนั้นเพราะเหตุไร เพราะว่า สังสารนี้กำหนดที่สุดเบื้องต้น เบื้องปลายไม่ได้ เมื่อเหล่าสัตว์ผู้มีอวิชชาเป็นที่กางกั้น มีตัณหาเป็นเครื่องประกอบไว้ ท่องเที่ยวไปมาอยู่ ที่สุดเบื้องต้น ย่อมไม่ปรากฏ พวกเธอได้เสวยทุกข์ ความเผ็ดร้อน ความพินาศได้เพิ่มพูนปฐพีที่เป็นป่าช้าตลอดกาลนาน เหมือนฉันนั้น

ในปฐวีสูตร ข้อ ๔๒๓-๔๒๔ มีข้อความว่า

พระผู้มีพระภาคตรัสกับภิกษุทั้งหลายว่า เหมือนอย่างว่า บุรุษปั้นมหาปฐพีนี้ให้เป็นก้อน ก้อนละเท่าเม็ดกระเบา แล้ววางไว้ สมมติว่า นี้เป็นบิดาของเรา นี้เป็นบิดาของบิดาของเรา โดยลำดับ บิดาของบิดาแห่งบุรุษนั้น ไม่พึงสิ้นสุด ส่วนมหาปฐพีนี้พึงถึงการหมดสิ้นไป ข้อนั้นแหละเพราะเหตุใด เพราะว่าสังสารนี้กำหนดที่สุดเบื้องต้น เบื้องปลายไม่ได้

ท่านที่อยากจะรู้ว่า เมื่อไรโลกจะหมดไปเสียทีนั้น ควรคิดถึงข้อความที่พระผู้มีพระภาคตรัสให้เอาดินมาปั้นเป็นก้อน ก้อนละเท่าเม็ดกระเบา แล้วสมมติว่านี่เป็นบิดาของเรา นี้เป็นบิดาของบิดาของเรา จนกระทั่งหมดดินในโลกนี้ แต่สังสารวัฏฏ์ก็ยังไม่หมด ก็จะต้องมีทุกข์สืบต่อไปอีก

นอกจากนั้น พระผู้มีพระภาคยังได้ตรัสไว้ใน ขีรสูตร ข้อ ๔๒๗-๔๒๘ ว่า น้ำนมมารดาที่พวกเธอผู้ท่องเที่ยวไปมาอยู่โดยกาลนาน ดื่มแล้วนั่นแหละมากกว่า น้ำในมหาสมุทรทั้ง ๔ ไม่มากกว่าเลย ข้อนั้นเพราะเหตุไร เพราะว่า สังสารนี้กำหนดที่สุดเบื้องต้น เบื้องปลายไม่ได้

พระผู้มีพระภาคทรงแสดงทุกข์ต่าง ๆ โดยนัยของพระสูตร ซึ่งในแต่ละภพ แต่ละชาติ จะต้องมีทุกข์แน่นอน และทุกข์นั้น ๆ ก็ผ่านไปหมดแล้ว ทุกข์ในชาตินี้ก็ใกล้จะจบสิ้นลง

ด้วยความตาย แต่ก็จะต้องตั้งต้นทุกข์ของภพชาติต่อไปอีก แต่ว่าไม่ว่าจะเป็นทุกข์มากมายในสังสารวัฏฏ์อย่างไร ขณะใดที่โทมนัสเวทนาเกิด ขณะนั้นก็ต้องเป็นโทสมูลจิต ซึ่งโดยประเภทแล้ว ก็มี ๒ ดวง ได้แก่ โทมนสฺสหคตํ ปฏิฆสมฺปยุตฺตํ อสงฺขาริกํ ๑ ดวง และโทมนสฺสหคตํ ปฏิฆสมฺปยุตฺตํ สสงฺขาริกํ ๑ ดวง ทั้ง ๆ ที่ทุกข์มากมาย แต่ว่าโดยปรมัตถธรรมโดยสภาพที่ไม่ใช่สัตว์ บุคคล แล้วได้แก่โทสมูลจิต ๒ ดวง

บางท่านก็เป็นห่วงว่า ท่านฟังธรรมไปเรื่อย ๆ แต่ยังไม่ได้ศึกษาพระอภิธรรมเลย แต่ตามความเป็นจริงนั้น ในขณะที่ได้ฟังเรื่องของนามธรรมและรูปธรรมโดยละเอียดขึ้นนั่นคือ การศึกษาปรมัตถธรรมหรืออภิธรรมนั่นเอง เพราะว่านามธรรมและรูปธรรมเป็นปรมัตถธรรม เป็นอภิธรรม

ฉะนั้นเมื่อได้ศึกษาความละเอียดของนามธรรมและรูปธรรมที่ปรากฏ ทางตา ทางหู ทางจมูก ทางลิ้น ทางกาย ทางใจ รู้ว่าขณะใดเป็นวิบากจิต ซึ่งเป็นผลของกรรม ขณะใดเป็นกุศลจิตและขณะใดเป็นอกุศลจิตซึ่งเป็นเหตุ ขณะนั้นก็คือการศึกษาพระอภิธรรมนั่นเอง เพราะว่าสภาพธรรมซึ่งเป็นนามธรรมและรูปธรรมโดยละเอียดนั้นแสดงไว้ในอภิธรรมปิฎกและในอภิธรรมมัตถสังคหะทั้งนั้น

ข้อความทั้งหมดที่ได้กล่าวถึงแล้วนี้คือปรมัตถธรรม

หรือพระอภิธรรม ซึ่งกล่าวถึงสภาพธรรมโดยส่วนละเอียดต่าง ๆ และต้องรู้จุดประสงค์ของการศึกษาว่า การศึกษาพระอภิธรรมมัตถสังคหะ หรืออภิธรรมปิฎกนั้นเพื่ออะไร ไม่ใช่เพื่อที่จะจำว่า มีจิตกี่ดวง และมีเจตสิกกี่ดวง เกิดกับจิตกี่ดวง แต่เพื่อปรุงแต่งเกื้อกูลให้สติระลึกรู้ลักษณะของสภาพธรรมที่กำลังปรากฏ เพื่อที่จะเข้าใจจริง ๆ จนกระทั่งสามารถที่จะละคลายการยึดถือสภาพธรรมทั้งหลายว่าเป็นสัตว์ บุคคล ตัวตนได้



ธรรมเตือนใจ

- อะไรจะเกิดก็เกิดตามเหตุ ปัจจัย บังคับบัญชาไม่ได้
- สัตว์บุคคลตัวตน เราเขาก็คือขันธ์ ๕ นั่นเอง
- ถ้าไม่มีตัวเราก็ไม่มีทุกข์
- ทุกข์เพราะทวนอดีตที่เคยได้รับทุกข์
- ทุกข์เพราะสนใจในอกุศลธรรมในปัจจุบัน
- ทุกข์เพราะเป็นห่วงคิดไปล่วงหน้าถึงอนาคต

● จิตไม่ดีเพราะกำลังคิดเรื่องไม่ดี

● ขณะที่คิดดี ก็เป็นจิตดีที่กำลังคิด

● ทำกุศลแล้ว อย่าผูกพัน อย่าหวังผลตอบแทนเลย

● ไม่คิดดูถูกผู้อื่น ไม่ดูหมิ่น เย้ยหยัน ไม่แสวงหาโทษของผู้อื่น

● คิดถึงแต่ความดีของผู้อื่น

● ความคิดฟุ้งซ่าน เมื่อคิดถึงสิ่งที่กระทบตา หู จมูก ลิ้น กาย

● ปรมัตถ์เป็นสิ่งที่มีจริง บัญญัติไม่ใช่สภาพธรรมที่มีจริง

● ควรมีความซื่อสัตย์ กตัญญูให้มาก ๆ

● ละกิเลส เพื่อไม่เกิดมาสู่ความเป็นอย่างนี้อีก

● สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าไม่ทะเลาะกับใคร

● เมื่อไม่สำคัญตน ไม่ลืมตน ไม่หลงตน ไม่อวดตัว ก็สบายจริง ๆ ไม่เป็นทุกข์

● ขณะระลึกรู้สภาพธรรมตามความเป็นจริงนั้นเป็น มัช-ฌิมา ปฏิปทา

● หิริเกิดเมื่ออบรมเจริญปัญญา

● ปรมัตถเป็นสิ่งที่น่าพอใจบ้าง หรือไม่น่าพอใจบ้าง

● สี เสียง กลิ่น รส เย็น ร้อน อ่อน แข็ง ตึง ไหว เป็นรูปปรมัตถ์ เป็นสิ่งที่มีจริง ๆ

- สมบัติแบ่งกันได้ แต่กรรมของใครก็เป็นของผู้นั้น แบ่งให้กันไม่ได้
- จิตใจที่มีบาปอกุศล ลามก เน่าใน คิดชั่ว
- อย่าชอบกิเลส และอย่าเข้ากับตัวเอง
- เมื่อใดที่จิตเป็นอกุศล ควรรู้ว่า จิตกำลังเน่าแล้ว
- ต้องพยายามแก้ไข โดยเจริญสติปัฏฐานไปเรื่อย ๆ
- ควรละคลายกิเลสที่ทำให้เศร้าหมอง
- อบรม เจริญปัญญา เพื่อละกิเลสให้หมดสิ้น
- มีความจริงใจ ความซื่อสัตย์ สุจริต เพื่อให้จิตหลุดพ้นเพราะไม่ยึดถือ
- ขณะใดที่เศร้าโศก ขณะนั้นฝีหัวใหญ่ย่อมตั้งขึ้นที่หัวใจสุกงอมแล้วแตก มีโลหิตสีดำไหลออกมาทางปาก
- ติดเพราะเวทนา ชอบสุขเวทนา
- ไม่จบเพราะจำ ปรุงแต่งด้วยความคิด
- สังขาร ปรุงแต่งตามสัญญา
- อุปาทานขันธ์ ยึดติดโลก (ตา หู จมูก ลิ้น กาย ใจ)
- ขัดคอ เสียงที่พูดกระด้าง ไม่มีจิตที่เมตตา แววตาก็ไม่ประกอบด้วยเมตตา
- การผูกโกรธเป็นแผลเน่าข้างใน
- ผู้เป็นพุทธบริษัท ต้องไม่เชื่อในมงคลตื่นข่าว และจะ

ต้องมีความมั่นคงที่จะรู้ว่า ทุกคนมีกรรมเป็นของของตน มีใครบ้างที่เกิดมาแล้วไม่ตาย มีใครบ้างเกิดมาแล้วไม่สุขบ้างทุกข์บ้าง ไม่ใช่คนอื่นทำให้ การเกิดมาในโลกนี้ก็เกิดมาเพราะกรรมของตน และเมื่อเกิดมาแล้ว ชีวิตจะดำเนินไปอย่างไรก็เพราะกรรมของตนนั่นเอง

- ทุกอย่างที่เกิดเป็นขันธ์ทั้งนั้น
- ขณะที่กำลังคิดนั้น อะไรจริง อะไรไม่จริง ปรมัตถ์จริง เรื่องที่คิดไม่จริง
- จิตวิปลาส สัญญาวิปลาสในขณะที่ถือสภาพธรรมที่ไม่เที่ยงว่าเที่ยง สภาพที่เป็นทุกข์ว่าเป็นสุข สภาพที่ไม่ใช่ตัวตนว่าเป็นตัวตน สภาพธรรมที่ไม่งามว่างาม
- ทิฏฐิวิปลาส เป็นความเห็นผิดจากสภาพธรรมตามความเป็นจริง ขณะใดที่สติไม่เกิด ขณะนั้นเป็นอกุศล
- เมื่อเห็นแล้ว ได้ยินแล้ว ได้กลิ่นแล้ว รู้รสแล้ว ถ้ากุศลไม่เกิดก็มีโลภะ โทสะ โมหะ เกิดต่อไปอีก
- สภาพธรรมเกิดขึ้นแล้วก็ดับ ไม่กลับมาอีก
- ขณะที่เข้าใจธรรม เป็นกุศลกรรมทางใจ
- อุเบกขา ไม่หวั่นไหวในสุขและทุกข์ทั้งหลาย
- การเกิดเป็นทุกข์อย่างยิ่ง ควรอบรมเจริญปัญญาเพื่อรู้แจ้งสัจจธรรม

● เจตนาที่เป็นกุศลนั้นสละวัตถุเพื่อประโยชน์สุขของคนอื่น โดยไม่เพ่งเล็งหวังผลใด ๆ ตอบแทน ขณะนั้นจิตผ่องใส ปราศจากโลภะ เป็นไปเพื่อขัดเกลากิเลสของตัวเอง

● โลกปรากฏเมื่ออารมณ์ปรากฏทางตา หู จมูก ลิ้น กาย ใจ

● จิตจะเลวหรือดีงาม เพราะเจตสิกที่เกิดร่วมด้วย

● สภาพธรรมกำลังปฏิบัติกิจของธรรมนั้น ๆ อยู่ทุกขณะ

● ศัตรูคือกิเลสเป็นโจรภายใน

● อดทน ระลึกรู้ลักษณะของสภาพธรรมที่กำลังปรากฏ ไปเรื่อย ๆ ตลอดชีวิตโดยไม่หวังรอผล

● ขณะที่มีมานะ ไม่ใช่เมตตา

● พระธรรมเตือนให้พิจารณาตัวเอง เพื่อให้รู้ว่าตลอด ชีวิตนี้ไม่มีตัวตน ไม่มีสัตว์บุคคล มีแต่เพียงรูป นาม (ปรมัตถ์) เท่านั้น

● ขณะที่เห็นสิ่งใดว่าเป็นของเรา ไม่ว่าจะเป็นวัตถุสิ่งใด ก็เป็นเพียงสิ่งที่อยู่ภายนอกที่จักขุวิญญาณเห็นเท่านั้น เป็น ของสาธารณะที่จักขุวิญญาณของใครก็เห็นได้

● ขณะที่เสียใจมากน้อยนั้นก็ไม่ใช่สัตว์ บุคคล ตัวตน เรา เขา เพราะเป็นลักษณะของโทสะ ซึ่งเป็นนามธรรม เป็นเจต สิกชนิดหนึ่งที่เกิดกับจิตในขณะนั้น แล้วก็ดับไป

● จิตของใครก็ของคนนั้น เมื่อโกรธใครจิตใจก็เป็นทุกข์

● วัตถุกามเป็นที่ตั้งของความติดข้องต้องการ

● ไม่มีบุคคลที่ทำกรรม มีแต่รูปนาม ขันธ์ ๕ ที่เกิดขึ้นแล้วก็ดับไปตามเหตุปัจจัย

● วิบากเป็นนามธรรม วิบากเป็นจิตและเจตสิกที่เป็นผลของกรรม เกิดขึ้นเพราะกรรมเป็นปัจจัย รูปเป็นผลของกรรมเพราะเกิดจากกรรม แต่ไม่ใช่วิบาก เพราะวิบากต้องเป็นนามธรรมคือเป็นจิตและเจตสิกเท่านั้น

● ถ้าสติเกิดจะไม่คิดเรื่องที่ไม่มีสาระ

● ไม่มีคนฝัน ไม่มีคนหลับ มีแต่เพียงวิถีจิตกับจิตที่ไม่ใช่วิถีจิตเท่านั้น

● ขณะฝัน เป็นกุศลจิตหรืออกุศลจิตที่คิดนึกเรื่องราวต่าง ๆ เท่านั้น

● คิดต่างกับระลึกรู้

● เมื่อเห็นอกุศลของผู้อื่นแล้วควรเมตตา

● จะไม่พูดอะไรที่จะทำให้ผู้อื่นช้ำใจ จะไม่พูดหรือทำให้ผู้อื่นสะเทือนใจ

● รูป นามเกิดดับ บัญญัติไม่ใช่สภาพธรรม จึงไม่เกิดไม่ดับ

● ทุกสิ่งที่เกิดดับเป็นโลก ไม่ใช่ตัวตน เกิดแล้วก็ดับไป

● ต้องรู้จักกิเลสให้ละเอียด

● รูปไม่รู้อะไรเลย สภาพรู้เป็นนามธรรม

● ธรรมะคือขณะนี้เอง ศึกษา พิจารณาให้เข้าใจสภาพธรรมในขณะนี้

● สติเจตสิกเกิดกับจิตที่ดีเท่านั้น

● เห็นสัตว์ บุคคล ตัวตน เราเขา ก็เหมือนเห็นเงาในกระจก

● ไม่ควรตื่นเต้น สนใจในสิ่งที่ไม่มีสาระ

● เมื่อมีปัญญา ก็รู้ความจริงในขณะนี้ เมื่อรู้ความจริงแล้วตั้งต้นใหม่ด้วยกุศล ก็จะเบาสบาย

● ควรมั่นคงในกุศลยิ่ง ๆ ขึ้น

● ควรสะสมกุศลไว้เพื่อต้านทานสิ่งที่จะเกิด

● อย่าให้จิตเน่า เจริญกุศลไปเรื่อย ๆ

● ได้ยินคำสรรเสริญแล้วสงบกิเลสหรือเปล่า คำนินทาสรรเสริญเป็นส่วนน้อย ต่ำช้า นิดหน่อย ลามก สกปรกต่ำต้อยทำให้เกิดกิเลสต่าง ๆ ได้

● คำนินทา ทำให้เกิดโลภะ โทสะ โมหะ ความโกรธ ความผูกโกรธ ความลบหลู่ ความตีเสมอ ความริษยา มายา ความโอ้อวด ความกระด้าง ความแข่งดี ความถือดี ความดูหมิ่น ความมัวเมา กิเลสทั้งปวง ทุจริตทั้งปวง ความกระวนกระวายทั้งปวง ความเร่าร้อนทั้งปวง ความเดือดร้อนทั้งปวง

● คำชม ทำให้เกิด โทสะ โมหะ ความโกรธ ความผูกโกรธ ความลบหลู่ ความตีเสมอ ความริษยา มายา ความโอ้อวด ความกระด้าง ความแข่งดี ความถือดี ความดูหมิ่น ความมัวเมา กิเลสทั้งปวง ทุจริตทั้งปวง ความกระวนกระวายทั้งปวง ความเร่าร้อนทั้งปวง ความเดือดร้อนทั้งปวง

● คำชมไม่ได้ทำให้อกุศลของเราน้อยลงเลย ถ้าลืมตัวก็จะเพิ่มกิเลส

● ต้องอดทนในอกุศลของผู้อื่นแม้การติเตียนเพียงในใจ

● ควรสงสารในผู้มีอกุศลนั้น เพราะย่อมสะสมอกุศลนั้นเพิ่มขึ้น

● สัตวโลกเป็นทายาทของกุศลกรรมและอกุศลกรรม ปัญญาที่รู้สภาพธรรมตามความเป็นจริง เป็นสมบัติอันล้ำค่ายิ่งกว่าสมบัติอื่นใด และต้องเป็นปัญญาของตัวเอง

● รังเกียจอกุศลของตนเองแทนที่จะรังเกียจอกุศลของผู้อื่น



วัตถุประสงค์โดยย่อของมูลนิธิฯ คือ ศึกษาและปฏิบัติธรรม เผยแพร่พระธรรมตามแนวพระไตรปิฎก จัดพิมพ์เอกสารประกอบการศึกษาพระไตรปิฎกเผยแพร่เป็นสาธารณกุศล

คณะกรรมการบริหาร

สำนักงาน เลขที่ ๑๗๔ ซ.เจริญนคร ๗๘ บุคคโล ธนบุรี กทม. ๑๐๖๐๐

โทร. ๔๖๘๐๒๓๙ ปณ. บางคอแหลม

ท่านที่ประสงค์จะพิมพ์หนังสือของมูลนิธิฯ

เพื่อเป็นธรรมบรรณาการในการกุศล หรือมีศรัทธาจะสมทบทุนมูลนิธิฯ

โปรดติดต่อมูลนิธิฯ หรือกรรมการของมูลนิธิฯ

รายการเผยแพร่พระธรรมทางสถานีวิทยุฯ
โดย มูลนิธิศึกษาและเผยแพร่พระพุทธศาสนา

จังหวัด	สถานี	ความถี่	เวลา	วัน
กรุงเทพ	สทร. ๒	๖๗๕	๖-๗ น.	ทุกวัน
	สทร. ๒	๖๗๕	๒๑.๐๐ น.	จ.-ส.
	จส. เอฟ.เอ็ม.	๑๐๓	๐๕.๐๐ น.	จ.-ส.
	ส.ว.พ เอฟ.เอ็ม.	๙๑	๐๕.๓๐ น.	อา.-พฤ.
	อสมท.	๑๑๔๓	๑๒.๐๐ น.	จ.-ส.
	๑ ปณ.	๑๐๓๕	๒๐.๐๐ น.	ทุกวัน
	สสส.	๑๑๗๙	๒๐.๓๐ น.	จ.-ศ.
	สสส.	๑๑๗๙	๒๐.๓๐ น.	อา ๒ และ ๔
กาญจนบุรี	กองพล ร.๙	๑๕๓๙	๒๑.๓๐ น.	ทุกวัน
กำแพงเพชร	สวท. เอฟ.เอ็ม.	๙๗.๗๕	๒๐.๓๐ น.	ทุกวัน
ขอนแก่น	ร.ด.	๑๑๕๒	๐๔.๓๐	จ.-ศ.
	สวพ. เอฟ.เอ็ม.	๑๐๔.๕	๐๕.๐๐ น.	จ.-ส.
จันทบุรี	สวท.	๑๑๒๕	๒๑.๐๐ น.	ทุกวัน
เชียงราย	ทอ.	๑๒๒๔	๑๙.๓๐ น.	จ.-ส.
	สวท.	๑๒๖๐	๒๑.๐๐ น.	ทุกวัน
เชียงใหม่	สวพ. ๔	๙๐๐	๐๕.๐๐ น.	ทุกวัน
	วปถ.๒	๗๓๘	๒๐.๓๐ น.	จ.-ส.
ตาก	สวท.	๘๖๔	๒๑.๓๐ น.	จ.-ส.
นครพนม	ท.ภ.๒	๑๔๔๐	๒๑.๐๐ น.	จ.-ส.
นครราชสีมา	สวท.	๗๒๙	๒๑.๓๐ น.	ทุกวัน
นครศรีธรรมราช	ทภ.๔	๖๘๔,๑๐๔๔	๑๙.๓๐ น.	จ.-ส.
ปราจีนบุรี	มทบ.๑๒	๘๕๕	๕.๑๕ น.	จ.-ศ.
	มทบ.๑๒	๘๕๕	๒๐.๓๐ น.	จ.-ส.
	มทบ.๑๒	๘๕๕	๒๑.๓๐ น.	อา.
พิษณุโลก	สวพ.๔	๑๔๒๒	๒๑.๐๐ น.	ทุกวัน
	สวท.	๑๐๒๖	๒๑.๓๐ น.	จ.-ศ.
พัทลุง	ทภ.๔ เอฟ.เอ็ม.	๙๗.๒๕	๒๑-๒๒ น.	ทุกวัน
พะเยา	กวส.๔	๑๕๑๒	๑๙.๓๐ น.	จ.-ส.
พังงา	สวท.	๑๓๔๑	๒๑.๓๐ น.	จ.-ส.

จังหวัด	สถานี	ความถี่	เวลา	วัน
ภูเก็ต	สทร.๓ เอฟ.เอ็ม.	๘๘	๐๖.๐๐ น.	ทุกวัน
ระยอง	พล ม.๒	๗๗๔	๒๐.๓๐ น.	จ.-ส.
ลพบุรี	วศป.	๖๑๒	๐๕.๑๕ น.	ทุกวัน
ลำปาง	มทบ.๓๒	๑๐๕๓	๑๙.๓๐ น.	จ.-ส.
เลย	อสมท. เอฟ.เอ็ม.	๑๐๐	๐๕.๐๐ น.	ทุกวัน
สกลนคร	ทภ.๒	๑๓๙๕	๒๐.๐๐ น.	ทุกวัน
สงขลา	ท.อ. ๐๑๑	๑๔๒๕ ๑๕๑๒	๒๑.๐๐ น. ๖-๗ น.	จ.-ส. ทุกวัน
สุราษฎร์ธานี	สวพ. เอฟ.เอ็ม. สวท.	๙๙ ๑๒๑๕	๐๕.๐๐ น. ๒๑.๓๐ น.	พฤ.-อา จ.-ส.
สุรินทร์	สวท.	๙๐๙	๒๑.๐๐ น.	ทุกวัน
อุดรธานี	ยานเกราะ	๖๘๔	๑๙.๓๐ น.	จ.-ส.
อุบลราชธานี	สวพ. เอฟ.เอ็ม. ทอ. ๐๘	๙๙.๕ ๘๐๑	๐๕.๐๐ น. ๒๑.๐๐ น.	ทุกวัน ทุกวัน

สามารถรับฟังได้ในกรุงเทพฯ (หลายพื้นที่)

๓๐/๑๐/๒๕๓๙



การเกิดเป็นทุกข์อย่างยิ่ง
ควรอบรมเจริญปัญญาเพื่อรู้แจ้งสัจจธรรม